PARAMARTHA PRASANGA

RUMO À META SUPREMA

Por Swami Virajananda[1]

Swami Virajananda

Dedicado
Com profunda humildade e devoção
À
SRI SARADA DEVI
E
SWAMI VIVEKANANDA
Em memória de
Sua benigna graça e bênção.

(Swami Virajananda)

1. Para realizar a Deus um aspirante deve ter: Paciência, Perseverança, Pureza de corpo e mente, Intenso desejo ou anelo, o conjunto dos Seis Atributos, que são, Shama (tranquilidade mental), Dama (controle dos sentidos), Uparati (abandono do apego aos objetos), Titikshâ (permanecer firme

1 Swami Virajananda (1873-1951), um venerado discípulo da Santa Mãe Sri Sarada Devi, foi iniciado como monge por Swami Vivekananda (em 1897); em 1938 tornou-se o Sexto Presidente da Ordem Ramakrishna. (Nota do tradutor).

em meio a todo tipo de aflição), Shraddhâ (fé nas palavras do mestre espiritual e nas escrituras), e Samâdhâna (concentração da mente sobre o Ideal Escolhido, ou Deus).

2. Não diga a ninguém mais, exceto ao Guru, as realizações, as visões, ou experiências similares, que as práticas espirituais possam trazer a você. Sempre mantenha seu tesouro espiritual – seus pensamentos mais íntimos – escondidos dentro de você. Eles não são para o olhar vulgar. Estas são suas posses secretas para serem compartilhadas somente entre você e o Senhor em segredo. Da mesma forma, não fale de seus defeitos e manchas aos outros. Você perderá, desta forma, seu autorrespeito e o respeito de outros por você. Eles são para você confessá-los ao Senhor. Ore a Ele por força para vencê-los.

3. Quando você começar a meditação, primeiro sente-se imóvel por algum tempo e observe a mente; deixe-a vagar por onde quer que ela queira. Pense que você é a testemunha, o observador. Fique observando como a mente sobe e desce, corre e pula. Fique pensando, "Eu não sou o corpo, nem os sentidos, nem a mente; Eu sou separado da mente. A mente também é material, ela é apenas uma forma mais sutil de matéria. Eu sou o *Atman* (Ser), o mestre; a mente é minha serva." Sempre que um pensamento fútil surgir na mente, tente imediatamente afastá-lo à força.

4. Normalmente se respira através da narina esquerda na hora do repouso, através da direita na hora do trabalho e pelas duas na hora da meditação. O estado mais favorável para a meditação é quando o corpo e a mente se tornaram calmos e há um fluxo de respiração através de ambas as narinas. Mas não preste demasiada atenção na sua respiração, nem faça disto um guia para regular suas atividades.

5. Quando a mente está absolutamente calma, a respiração se torna estável e Kumbhaka (retenção da respiração) acontece. Quando a respiração é estável, a mente se fixa em um ponto. Bhakti (amor por Deus) também causa Kumbhaka sem esforço e a respiração se estabiliza. Mesmo sem praticar Yoga, Prânayâma (controle da respiração) é alcançado automaticamente quando se recorda e pensa no Senhor e ao se fazer Japa[2] com um coração cheio de anelo.

6. Não há outro método fácil ou conveniente para se atingir a concentração da mente com exceção do Abhyâsa, ou repetidos e sustentados esforços e Vairâgya, ou desapego pelos objetos mundanos.

---

2 Repetição contínua do nome de Deus ou Mantra (nota do tradutor).

7. Qualquer que seja o tempo que você devota à Japa e meditação – mesmo que seja apenas dez ou quinze minutos – faça com todo seu coração e alma. O Senhor é o Morador Interno, é o Guia Interior. Ele vê seu coração; Sua medida não é sobre quanto tempo você medita sobre ele ou quantas vezes você faz Japa, mas sim sobre seu anelo interior.

8. No início, Japa e meditação parecem secos [sem gosto]. Mesmo assim você deve continuar a praticá-los, mesmo se for como tomar um remédio. Você terá gosto e felicidade após ter praticado continuamente por três ou quatro anos. Então, se deixar de praticar por apenas um dia, você se sentirá miserável, deslocado, por assim dizer.

9. O autoesforço (Purushakâra) é necessário para a realização espiritual. Resolva firmemente, "Eu realizarei Deus através de meus próprios esforços fazendo as práticas espirituais", e continue firmemente a praticar Japa e meditação, sentando-se na postura correta, por, pelo menos, duas horas a cada manhã e tarde, por três ou quatro anos – e veja se terá sucesso ou não.

10. Não é bom para os que vivem no mundo fazer muito Prânâyama ou Yoga. Aqueles que são inclinados a fazê-los devem observar rígida regularidade e moderação em todas as fases da vida. Devem ter comida nutritiva e Sáttvica (pura) nas horas certas, atividades bem-ordenadas, uma vida sem preocupação, um lugar saudável e afastado com ar puro e clima temperado, limpeza interior e moderação ao falar. Acima de tudo é imperativo observar Brahmacharya, ou perfeita castidade. A violação destas restrições será capaz de causar doença do coração ou da mente.

11. Quando, pela prática continua de Japa e meditação, a mente se tornar calma e purificada, então a própria mente se tornará seu Guru, ou guia, e você terá a compreensão correta de tudo e achará as soluções de suas dúvidas e questionamentos espirituais dentro de si mesmo. A mente dirá a você o que fazer, uma coisa após outra e como você deve conduzir-se.

12. Quando fizer Japa, medite sobre a forma do Ideal Escolhido também, de outra maneira Japa nunca será profunda. Mesmo se a forma inteira da Divindade não aparecer na meditação, comece com qualquer parte da forma que vier. Tente diversas vezes, mesmo se você falhar. Por que você deveria abandonar, se não tiver sucesso? Você tem que continuar com tenacidade. Por acaso a meditação vem facilmente pela mera vontade? Repetidos esforços devem ser feitos para retirar a mente de outros objetos e fixá-la sobre o objeto da meditação. O sucesso chegará enquanto se continua praticando.

13. Japa, ou repetição mental do Mantra, contando sobre os dedos, usando um rosário ou guardando o número de repetições – todos estes são apenas meios preliminares para ajudar a retirar a mente de outros objetos e fixá-la no objeto da adoração. De outro modo, você não saberá quando a mente poderá correr em outra direção; ou você pode ter até adormecido. Portanto, apesar de que estes processos devem parecer para alguns como causadores de um pouco de distração no início, eles o capacitarão a manter-se vigilante sobre as andanças da mente, detectá-las facilmente, e trazer a mente de volta e mantê-la fixada no objeto da meditação.

14. Nunca pense em você mesmo como sendo fraco. Tenha fé firme em si mesmo. Pense, "Não há nada que eu não possa fazer; Eu posso fazer tudo que quiser." Por que você deveria reconhecer a derrota para sua mente? Saiba que se puder subjugá-la, o mundo inteiro estará sob seus pés. Aquele que não tem confiança em si mesmo não tem fé real em Deus. Swami Vivekananda disse que o verdadeiro ateu é aquele que não tem fé em si mesmo. Ninguém escuta as palavras daquele que não tem confiança em si mesmo e Deus também não escuta suas orações.

15. Asana é aquela postura na qual se pode sentar firme e facilmente por um longo tempo. Mas a espinha deve se manter reta e o tronco, pescoço e cabeça devem se manter eretas, para que todo o peso da parte superior do corpo possa estar sobre as costelas e o tronco não se curve. Uma postura torta, em qualquer caso, não é saudável.

16. Sua mente inevitavelmente estará agitada na hora da meditação enquanto a ideia não se enraizar firmemente em você de que o mundo é insubstancial e transitório, e que apenas Ele é a única Realidade. O Amor por Deus crescerá e ao mesmo tempo a mente se tornará calma o bastante para libertar-se da sede pelos prazeres dos sentidos. Todos os prazeres do mundo se tornarão triviais e sem gosto se apenas uma partícula de Seu Amor for experimentada.

17. Japa, meditação, adoração ritualística, oração, recordação, leitura de livros sagrados, associação com homens santos, conversas sagradas, retirar-se em solitude[3] e pensar pensamentos espirituais – qualquer destes que atraia você, de acordo com sua atitude interna e oportunidade, e que lhe dá felicidade, aproveite-se disto e o faça. Mas meditação e Japa são as coisas principais. Nunca deixe de fazê-los por um único dia, por mais ocupado que você esteja, mesmo nas horas da doença e enfermidade, no sofrimento e na calamidade. Em tais

3 Solitude é o estado de privacidade voluntária de uma pessoa, não significando propriamente, estado de solidão - Wikipédia (nota do tradutor).

circunstâncias, se você não puder fazer ou não for conveniente fazê-las de forma completa, faça a saudação à Divindade, ore e faça Japa por pelo menos dez ou quinze minutos.

18. O homem sensível não tenta diagnosticar sua própria doença e prescrever remédios para si mesmo lendo livros médicos. No caso da doença, o conselho de um médico deve ser buscado. Da mesma maneira, se após ler muitos livros e escrituras, uma pessoa tenta escolher para si mesmo uma disciplina espiritual particular, sua mente pode ficar confusa e atormentada por dúvidas e temores, o progresso pode ser interrompido, e a perda do esforço realizado ou até mesmo algum dano pode ocorrer. A razão é que as várias escrituras contêm caminhos e métodos divergentes e até mesmo contraditórios, adequados para aspirantes de temperamentos e capacidades diferentes e de diferentes estágios de vida. Por isso é perigoso em muitos casos decidir por si mesmo o que é adequado para você exatamente. Somente o Guru pode conduzi-lo para o caminho correto. Por isso é que o conhecimento espiritual deve ser adquirido diretamente do Guru. Saiba que a iniciação e as instruções dadas por ele são o único caminho para você seguir. Se você fizer com firmeza e constância as práticas espirituais dadas por ele com fé total nelas e também nele, esteja certo de alcançar o sucesso com o passar do tempo. Em qualquer evento, nunca abandone estas práticas e recorra a outros métodos sob o conselho de outros. Se você pular de um caminho para outro, o único resultado será que você se perderá no caminho e ficará vagando sem ganhar nada.

19. A fé faz milagres – faz possível até o impossível. A fé navega seu barco, abrindo as velas sobre terra seca. A pessoa que duvida se afoga mesmo com água a altura do tornozelo.

20. A esperança é vida. A esperança é a fonte de toda força e esforço. Se a esperança for abandonada, sofrem-se as agonias da morte, torna-se morto mesmo estando vivo. Agarre-se à esperança até o último respiro. Nunca, até que a morte chegue, abandone a esperança de realizar a Deus. Se Ele quiser, pode derramar Sua graça sobre você a qualquer momento. Tenha esta fé de que Ele pode revelar-se a você mesmo no último momento.

21. Quando Deus em Sua infinita misericórdia, através do Guru, comunicou o Siddha-mantra (fórmula mística do nome particular da Divindade) que é a chave para o portal de Seu santuário – saiba que Ele se entregou livremente. Mas é necessário que você tenha esta firme convicção. Se você perder esta joia de valor inestimável por descuido ou negligência, saiba que você não está capacitado para Sua graça. A correta apreciação desta dádiva é a prática do mantra e das instruções comunicadas pelo Guru com todo seu coração e alma até que a Meta seja realizada. Apenas desta maneira você será

capaz de devolver uma parte da dívida a ele. Quanto mais você realize que Deus é mais próximo e querido por você do que seus parentes e amigos mais próximos e queridos, mais você será o recipiente de Sua graça. Através de Sua graça você será livre e bem-aventurado mesmo nesta vida.

22. Até que o Amor e Devoção a Deus cresçam, não se pode ter consciência da natureza transitória e sem substância do mundo. A mente é apenas uma e não pode ser dividida em compartimentos, uma parte dada a Deus e outras partes cheias de desejos por fama, nome e objetos sensórios. Deus não pode ser realizado a menos que a mente inteira seja dada a Ele. A menos que se possa fazer isto, terá que se nascer repetidas vezes no mundo e sofrer misérias sem fim.

23. Para renunciar ao mundo não se necessitam tornar-se monge ou se retirar para a floresta. A verdadeira renúncia é da mente. Se você abandonar ao mundo mentalmente, será a mesma coisa permanecer no mundo ou ir à floresta. Se você for para a floresta, sem renunciar completamente ao seu apego mental pelos objetos mundanos, o mundo o seguirá até lá e o atormentará do mesmo modo; não há escapatória disto.

24. Se você tiver que permanecer no mundo afinal, faça de Deus o seu mundo. Organize sua casa com Ele. Qualquer coisa que faça, veja ou escute, pense ser de Deus. É tudo um jogo, um jogo com Ele. Saiba que a vida é como um jogo, no qual a própria Mãe é a Jogadora e você é Seu companheiro de jogos. O mundo será muito diferente quando você souber que a Mãe está jogando com você. Então você descobrirá que neste mundo não existe nem felicidade nem sofrimento, bem ou mal, apego ou aversão, nem cobiça ou ciúmes. Consequentemente, toda ilusão, interesse próprio e conflito desaparecerá, e os pares de opostos não poderão atormentá-lo. Todas as ideias de união e separação, amigo ou inimigo, alto e baixo, de 'eu' e 'meu', não existem naquele seu jogo com a Divina Mãe. Só existe apenas – inesgotável Bem-aventurança, infinito Amor e infinita Paz. Se apenas uma gota daquela Bem-aventurança for experimentada, os prazeres dos objetos mundanos parecerão desprezíveis. A posse de mesmo um átomo daquele Amor fará que o mundo inteiro seja mais querido do que os nossos mais queridos, e a Bem-aventurança celestial será sentida através de cada poro do corpo. Não há medo neste jogo, nenhuma ansiedade, nem amarras, nem esgotamento; é um jogo sempre novo. E que infinitos modos de jogar a Mãe conhece! Infinitas são as formas e maneiras nas quais Ela joga! Perdemo-nos neste pensamento e mergulhamos nele. Naquele momento de êxtase transcendental o jogo termina; pois para quem então brincar, e com quem? Aquela experiência beatífica, aquele estado de bem-aventurada união, está além do alcance da fala e da mente! Somente sabe aquele que a conhece! Que grande diversão! Oh, a grande diversão!

25. Queremos gozar de todos os prazeres do mundo o mais que podemos e ter a realização de Deus ao mesmo tempo. Sonho vão! Isto não pode ser feito, meu amigo.

26. Se Deus viesse e dissesse: "O que você quer? Você quer a Mim – ou você quer viver uma vida feliz cheia de fama, nome, saúde e riqueza por cem anos com esposa, filhos e netos?" Você descobrirá que, exceto talvez por um em cada dez milhões, todos pediriam ansiosamente pelo último.

27. Para realizar a Deus é necessário devotar-se à tarefa de coração e alma – cem por cento. Nem uma fração minúscula a menos do que isto servirá. O que quase todos nós buscamos é realizá-Lo facilmente, sem muito trabalho e problemas e sem sacrificar nada. Nós queremos um compromisso entre Deus e o mundo. Nós pensamos que se o Guru por sua infinita misericórdia pode consegui-Lo para nós e dar-nos a salvação, nada poderia ser melhor do que isto. Oh, como pode ser assim? "O Senhor deve ter todo o pagamento que Lhe é devido, até o último centavo."

28. Aquele que realmente O quer, encontra-O; aquele que não quer é obrigado a dançar conforme o tom dos cinco malvados, torna-se o jogo dos cinco elementos, que compreende o material do corpo e do universo – terra, água, coração, ar e espaço. Ele está à mercê de todos os tipos de más influências.

29. Acreditando em uma propaganda, muitos correm para comprar ouro por meia rúpia a grama! Mas somente ouro genuíno é ouro; algo apenas brilhando como ouro não é ouro, é apenas enganoso e espúrio. Você apenas vai perder a meia rúpia!

30. A oração não consiste em recitar uma fórmula definida. Isto não dá nenhum fruto. Você deve sentir internamente uma ânsia real por aquilo pelo qual você ora, sofrer intensa dor e agonia enquanto a sua oração não é satisfeita. Você deve se sentir ansioso para achar o caminho e os meios de ganhar o objeto de sua oração, a despeito de insuperáveis dificuldades no seu caminho e esforçar-se de todo coração para alcançá-lo, como se a própria vida dependesse disso. Somente então sua oração será respondida e o desejo de seu coração satisfeito. Somente tais orações atingem o trono do Altíssimo.

31. Conhecimento Supremo, devoção e espiritualidade – estes só podem ser adquiridos através de grande esforço pessoal. Deve-se lutar duro para ganhá-los.

32. Se você abandonar seu pequeno ser por causa de outras pessoas, você não apenas encontrará seu Ser real, mas também fará com que elas sejam próximas. Quanto mais buscar salvar seu pequeno ser, mais você perderá seu verdadeiro Ser e afastará as pessoas.

33. Continue a lutar sem cessar. Lute como um herói. Nunca olhe para trás, mas sempre para frente. Siga em frente para a Meta! Não dê a menor atenção se estiver exausto, arruinado ou mutilado no caminho. *Abhih, Abhih*! Seja destemido! Coragem! Coragem! Não permita nem mesmo um pensamento de derrota entrar em sua mente. Realização da Meta ou que caia o corpo! – que este seja seu Mantra. Vitória ou morte! – que esta seja a sentença. Se você tiver que morrer, morra como um herói. Somente assim o forte será tomado.

34. Lamentação e autopiedade não servem para nada. "Sou inferior, sem valor, fraco e malvado; não posso fazer nada por mim mesmo". Estas são as palavras dos imbecis sem energia e vontade de fazer algo. Pode algo ser feito por tais pessoas? Esforce-se ao máximo, esteja sempre alerta e siga adiante. Somente então o sucesso virá. Por acaso o caminho terminará se você meramente se sentar e pensar, "Oh! O caminho é longo e difícil"? Levante-se, comece a andar e enquanto você prosseguir o caminho se tornará cada vez mais curto. Coragem, força, esperança e ajuda inesperada virão. O caminho gradualmente se tornará fácil e reto e em pouco tempo, você atingirá a meta. Oh! A felicidade da realização!

35. Muitos têm a impressão de que se são iniciados por um Guru iluminado (Siddha), todos seus sofrimentos serão eliminados de algum modo misterioso através de sua graça, se ele apenas quiser! Assim, doenças incuráveis serão curadas, empregos serão assegurados; eles terão felicidade mundana e prosperidade; serão capazes de facilmente conseguir casamentos apropriados para suas filhas; terão sucesso na escola ou faculdade; ganharão processos legais e prosperarão no comércio e nos negócios; se livrarão dos seus problemas familiares; escaparão das más influências celestiais, etc., etc.! Não há fim às suas súplicas ao Guru! Eles deveriam saber que não há nenhuma conexão, seja entre iniciação, ou começar um caminho espiritual e estes triviais assuntos mundanos. É também infantilidade solicitar tais favores ao Guru, isto não é um sinal de espiritualidade. Ele não é nenhuma Providência Onipotente, nenhum Dispensador de dons terrenos, nenhum governador dos destinos das pessoas do mundo. É errado embaraçá-lo ou atormentá-lo com estes pedidos inoportunos. Eles até tendem a fazer do discípulo, um objeto de descontentamento ao invés de um recipiente dos seus favores e bênçãos. A relação entre Guru e discípulo é de natureza puramente espiritual – pertencendo apenas aos assuntos espirituais.

36. Serviço ou adoração com desejo pelo fruto [resultado] é apenas comércio. A verdadeira espiritualidade não é conseguida com esta atitude e qualquer resultado obtido é pequeno e evanescente. A adoração com desejo pelo fruto não purifica a mente. Também não dá nem a suprema devoção a Deus ou a salvação, nem a paz e felicidade eterna. Sri Ramakrishna não podia aceitar e nem mesmo tocar coisas oferecidas a ele com algum desejo ou motivo por detrás.

37. Para realizar a Deus nesta vida deve-se fazer Sâdhanâ (práticas espirituais) com toda sua força e capacidade e oferecer seu tudo a Ele – e se possível, um pouco mais. Como Sri Ramakrishna costumava dizer, tenha fé e devoção, até mais do que cem por cento. O significado é de que se deve tornar-se como uma vasilha transbordando de fé e devoção. Quantos têm esta quantidade abundante? Não há, contudo, motivo para desespero. Continue com sua Sâdhanâ o melhor que possa. Mas sempre tenha esta firme convicção de que por mais que você se esforce, isto não é nada – nunca será suficiente – quando a Meta é a realização do Ser; pois ao final esta Meta só poderá ser alcançada por Sua graça.

38. Mas a graça de Deus desce apenas sobre aquele que tem lutado ao máximo, que não tem se poupado, que não soltou o timão e que finalmente chegou a conhecer, após um esforço tremendo, que é impossível realizar a Ele apenas através do autoesforço – sem Sua graça. Quando o aspirante sente que está perdido numa impenetrável escuridão, que está para se afogar num mar sem limites, sua força esgotada para se manter na superfície – então e somente então o Senhor o levantará com Suas mãos de lótus e o levará além do plano da vida e morte, onde existem bem-aventurança interminável e paz infinita! A posse de apenas uma partícula daquela bem-aventurança faz o Jiva ou alma individual sentir uma felicidade além de todo limite.

39. Por que você deveria temer tanto o mundo, como se ele fosse devorá-lo? Seja corajoso e destemido! Seja um herói e não dê tanta importância ao mundo e o mundo soltará suas garras de você. "Eu sou muito fraco, sou inferior e pecador, não tenho nenhum valor. Eu não consigo fazer nada, sou um incapaz" – a menos que você abandone estas ideias daninhas, jamais terá sucesso em atingir algo na vida. Varra estas ideias da mente, levante-se e diga como um herói, "O que existe que eu não possa fazer? Eu sou o filho da Imortalidade: A Imortalidade é meu direito de nascimento, nada pode me tirar isto!"

40. Sempre que a fraqueza ou falta de entusiasmo assaltar sua mente, recite o seguinte verso:

"Eu sou divino e nada mais.
Eu sou Brahman, o Absoluto;
O sofrimento e a tristeza não podem me tocar.
Eu sou Existência-Conhecimento-Bem-aventurança.
Eu sou sempre-livre por natureza.
Oh, minha mente, diga – Om! Tat Sat Om!"

41. Recorde ao Senhor e pense n'Ele tanto quanto possa. Saiba que só Ele é seu, mais íntimo e mais querido do que seu próprio ser. Ele, que é seu único refúgio e fortaleza, aqui e no além, ame-O apenas, com todo seu coração e alma. Pensa-se no bem-amado e assim pensando se obtêm felicidade e alegria; se deseja estar sempre na companhia do bem-amado, se ressente de outros tópicos de conversação ou distrações. Apesar disto, tal amor mundano, como o restante no mundo, tem separação e fim. Mas não há fim no amor a Deus. É um tesouro inesgotável! Quanto mais você bebe dele, mais sede você sente; e ao final, perdendo-se na bem-aventurança, você esquece a si mesmo e mergulha profundamente. Então, esta pequena individualidade se derreterá e a divindade tomará seu lugar; em lugar desta existência corpórea, a divina consciência (a qualidade de Shiva) iluminará a alma; a dança da morte cessará para sempre e você atingirá a Imortalidade.

42. Você já leu e ouviu suficientes conselhos espirituais. Se você não tentar seguir tais conselhos até certo ponto, na sua vida diária, nenhuma quantidade deles dará qualquer fruto. Ninguém será capaz de conseguir algo para você; você terá que fazê-lo por si mesmo. Deus lhe ajudará e derramará Sua graça sobre você se aprontar para o trabalho com total anelo. Deus mesmo carrega a carga de tal pessoa sobre Seus ombros e o conduz parte do caminho. Primeiro, autoesforço; em seguida, a Graça e ao final a Realização da Realidade.

43. É extremamente difícil adquirir a verdadeira espiritualidade. Nem todos podem tê-la. Deve-se ter alguma intrínseca substância interna – boas ações feitas no passado, ou impressões inatas e tendências para o bem, firmeza, sinceridade e um sentimento de insatisfação interna. Mesmo o Mestre (Sri Ramakrishna), que era tão amoroso e cheio de misericórdia, não conseguia olhar para aqueles a quem ele descobria serem como "madeira molhada" – que requer muito assoprar para incandescer – em outras palavras, pessoas com mentes totalmente mundanas. Ele costumava dizer: "A Realização não é para eles neste nascimento".

44. A prática de Japa e meditação indevidamente prolongada através de força excessiva, que traz um sentimento de extremo cansaço ou exaustão, deve ser evitada. Isto faz mais mal do que bem. Aumente o tempo e a energia devotada à japa e meditação vagarosa e gradualmente. Se houver sinceridade,

sentimento profundo e firmeza de propósito, você terá tudo o que deseja com o passar do tempo, através de Sua graça.

45. Continue a praticar Japa e meditação com grande devoção, perseverança e paciência. Gradualmente a mente se tornará tranquila e a meditação se aprofundará. Você sentirá um desejo pela sua meditação, de modo que se falhar de fazê-la algum dia, tudo parecerá insípido e você se sentirá extremamente desconfortável, como um adicto que deixou de usar sua droga na hora costumeira. Você desejará permanecer mergulhado em meditação apenas.

46. Brahman e Shakti, Purusha (Puro Espírito) e Prakriti (Natureza) são dois em um e um nos dois, e são na realidade não-diferentes. A ideia de separação dura apenas enquanto temos o sentido de dualidade e a noção de adorador e Adorado.

47. É muito bom sonhar com o Guru, com o Ideal escolhido e com divindades. Isto encoraja e deleita muito a mente. Mas não se sinta infeliz ou deprimido se você não tem tais sonhos com frequência. Se você os experimentar, não fique contando sobre eles aos outros; você deve contá-los ao seu Guru, se desejar. Não se preocupe em tentar extrair um significado para cada parte de seu sonho. Apesar de tudo, um sonho é apenas um sonho e não tem nenhum propósito esperar integração ou coerência através dele. Isto acontece apenas no caso de *âdesha*, direto Divino Comando ou guia, ou da percepção intuitiva durante a absorção na meditação, ou na Realização – a verdade da qual não deixa lugar para dúvidas, e a posse da qual transforma toda a vida de um homem e o torna divino. Tal experiência não chega a qualquer um; ela depende de longa e austera Sâdhanâ, ou práticas espirituais e de Sua graça.

48. Alguns recebem um Mantra em sonhos. Mas em muitos casos verifica-se que tal Mantra não é sugerido pelos Shâstras, e sim algo que nasce da própria imaginação ou inclinações da pessoa. Se, contudo, praticar-se com firmeza Japa deste Mantra com firme fé, a Realização pode chegar também com o passar do tempo.

49. Pratique sua meditação em um local solitário, com luz tênue ou na escuridão. Vista roupas leves e respire pelo nariz mantendo a boca fechada. Tente dirigir os sentidos para o interior na hora da meditação. Feche seus olhos e fixe seu olhar mental em seu coração, ou seja, profundamente dentro de você; e pense que o Ideal Escolhido, com forma radiante, está residindo ali.

50. Enquanto você meditar, esqueça-se da sua identificação com o corpo, ou seja, abandone a ideia de que você *é* este corpo. Pense em si mesmo

como sendo da natureza da entidade sutil sobre a qual a consciência de *aham*, ou o sentido do 'eu', ou seja, a ideia de "eu e meu", é sobreposta; e pense no Ideal Escolhido como da natureza da consciência incondicionada – sempre-puro, sempre-livre e autoluminoso – despojado de adjuntos limitantes. Pense, enquanto meditar, que Ele, como Pura Consciência, permeia sua consciência do ego; e que seu ser – a consciência do ego – está dentro Dele – a Consciência Pura. Na realidade, você é da mesma essência que Ele, a diferença é apenas no grau da manifestação. Tudo isto requer prática espiritual para sua verdadeira compreensão e não pode ser colocado em palavras. "Jiva – a alma individual – é o Ser na escravidão, e Shiva – o Espírito Puro – é o Ser fora da escravidão."

51. Enquanto estiver sentado para meditar, dirija seus pensamentos desta forma e ore: "Ó Senhor, do ponto de vista absoluto e final eu sou da mesma essência que Tu. Esta minha miserável e infeliz situação é o resultado de ser limitado por Maya ou ilusão e enganado pelo sentido de 'eu e meu'; de identificar-me com o corpo, e de ser um escravo dos maus pensamentos, maus desejos e más tendências. Assim, Ó Senhor, eu me tornei afetado pela doença, sofrimento, dor, maldade, medo e angústia; tornei-me malvado, inferior e impuro, e sujeito à morte e à tirania dos objetos mundanos; eu estou perdido, sem recursos, destituído, pequeno, fraco e sem valor. Tenha piedade de mim, Ó Senhor, por Sua infinita misericórdia, e destrua todos os meus pecados, faltas, desejos e sofrimentos totalmente, para que eu possa despertar o infinito poder que jaz adormecido e sem vida dentro de mim; para que eu possa realizar aquilo que é minha verdadeira natureza – o eterno, sempre-puro, sempre-livre, sempre-luminoso Ser!"

52. Para meditar no Ideal escolhido, é essencial se ter um pouco de imaginação, uma pequena visão. Não é bom não ter imaginação, ser seco como uma pedra ou ter uma atitude materialista. Assim, a forma do Ishta, com uma feição benigna, deve ser imaginada e visualizada como residindo na cavidade do coração, ou no lótus do coração. Da mesma forma, os seis místicos círculos do sistema do Yoga – os seis lótus, ou plexos nervosos – não têm existência material no corpo humano e não podem ser vistos pelo olho. Eles devem ser imaginados ou pensados pelos iniciados, como fontes de grande poder residindo adormecidos internamente. Eles devem ser despertados pelas práticas do Yoga. Quanto mais profunda a meditação, mais pura e concentrada a mente será e mais desse poder, adormecido internamente, despertará e se desenvolverá, até atingir sua culminação no Samâdhi superconsciente, o supremo estado da Bem-aventurança.

53. Prânayâma deve ser praticado com os olhos fechados. Ao invés de meditar então na forma do Ideal escolhido, dirija sua atenção aos exercícios respiratórios, mantendo a quantidade de Japa de seu Mantra, contando nos

dedos da mão esquerda, do modo usual. Estes processos devem ser aprendidos do Guru. Quando inalar, pense que você está atraindo para dentro de si mesmo a pureza, compaixão, força, coragem e outras virtudes divinas; e quando exalar, pense que está tirando de dentro de si todas as imperfeições, tais como pensamentos maldosos, impureza, estreiteza mental, inveja e tendências pecaminosas.

54. Se você for incapaz de meditar sobre a forma de seu Ideal Escolhido como morando internamente no lótus de seu coração, você pode meditar sobre Ele como sentado em um lótus ou em um trono em frente a você. É claro que o primeiro método é mais recomendado e o melhor, porque o capacita a considerá-Lo e vê-Lo no mais íntimo recesso de seu coração ou ser. No outro método, Ele deve ser pensado como existindo externamente. Portanto gradualmente, pelo esforço contínuo, tente vê-Lo e pensar sobre Ele como existindo internamente. Pois quanto mais uma pessoa ama a outra, mais deseja considerá-lo próximo – no fundo do coração. "Ó minha mente, que somente eu e ti O vejamos e ninguém mais!"

55. Se você não é capaz de praticar Japa e meditação sentado na postura prescrita, por períodos longos pela manhã e a noite, você pode fazê-los em outras horas também, sentado ou descansando em uma posição confortável, ou mesmo repousando na cama se você não estiver bem. Ou você pode praticar sentado na cama nas primeiras horas da manhã, se você não se sentir cansado ou sonolento. Mas normalmente a mente é colocada sobre controle muito melhor se Japa e a meditação são feitos apropriadamente sobre um assento, de acordo com os costumeiros requisitos. Você pode também praticar mentalmente repetindo o Mantra sem levar em conta a contagem, enquanto anda, viaja em um transporte ou fazendo algum trabalho, como um modo de lembrança ou recordação de Deus. Mas não medite nestes momentos, pois existe um risco de acidente se você estiver inconsciente do que está ao redor. O tempo é muito valioso, a vida é curta e incerta; não desperdice um único momento.

56. Os méritos e os defeitos se combinam para fazer uma pessoa. Todos têm ambos, um pouco mais ou menos, de um ou de outro. Ao invés de buscar as faltas e omissões de outros, procure as suas. Magnifique as boas qualidades dos outros e os seus próprios defeitos. Minimize as faltas dos outros e suas próprias qualidades boas. Seja como a abelha que é atraída pelas flores e não como a mosca que se senta nas feridas e na sujeira. As críticas sobre outros ou calúnias e fofocas inúteis é daninho à cultura do Ser.

57. Somente uma Encarnação de Deus pode ser livre de faltas e imperfeições e provido com todas as qualidades benditas. A conduta e atitudes mesmo de um homem de Realização, de um mestre espiritual reverenciado e

muito avançado ou de um Guru qualificado, pode não ser inteiramente sem defeitos e imperfeições, erros de julgamento, ou falta de correta compreensão de algum modo ou de outro. Mas seus méritos excepcionais predominam de tal maneira que mesmo os seus defeitos e excentricidades frequentemente servem para adornar seus caracteres e fazê-los ainda mais amados. Além disso, deixando de lado estes personagens exaltados, o olho do amor não vê a feiura ou as manchas de pessoas que amamos ou adoramos.

58. Não se pode progredir no mundo espiritual sem sincera devoção e fé no Guru. Nunca duvide ou desacredite das palavras do Guru; saiba que elas são tão sagradas como as palavras dos Vedas ou escrituras. Se você quiser realizar a Verdade, tente seguir implicitamente o conselho do Guru. Saiba que não há ninguém mais que lhe queira bem como seu Guru, seja aqui ou no além. Seguir firmemente o caminho que ele indicou a você é fazer o verdadeiro Seva, ou serviço. Isto é o que o agrada mais.

59. No início Japa deve ser feito vagarosamente, repetindo o Mantra mentalmente de forma clara. Isto leva tempo no início e pode não ser possível repetir o Mantra mais do que duas ou três mil vezes em uma hora. Ao aumentar a prática ele pode ser dito mais rapidamente. Então, com o passar do tempo, pode-se facilmente repetir o Mantra mesmo oito ou dez mil vezes em uma hora. Tente na hora do Japa concentrar a mente somente no Mantra e no Ideal Escolhido que ele significa.

60. O Guru não pode fazer você realizar a Verdade a menos que você tente intensamente por si mesmo. O Guru pode mostrar a você o caminho; pode remover suas dúvidas e dificuldades e corrigir seus erros; pode alertá-lo se você sair do caminho; pode colocá-lo de volta no caminho correto e pode até levá-lo certa distância por ele, segurando-o pela mão. Mas quanto a andar você terá que fazê-lo por si só – ele não pode carregá-lo até a meta sobre seus ombros. Sem dúvida o caminho é longo e difícil, mas não será por isso que você se sentará no meio do caminho, dizendo que está além do seu poder prosseguir mais; ou se você estiver com medo ou sem esperança. Você não pode ficar parado. Você deve seguir para frente ou voltar para trás. Se você voltar para trás inevitavelmente perderá o que já tinha alcançado. Quanto mais você seguir para frente, mais fácil o caminho se tornará. Coragem e força virão e você conseguirá a felicidade.

61. Nenhuma quantidade de ajuda servirá de nada se não houver alguma substância dentro de si mesmo. De que serve regar se as sementes forem plantadas em um solo pobre e pedregoso? Porém como um solo ruim pode ser melhorado por vários métodos e preparado para dar boas colheitas, assim também as pessoas de mente mundana podem atingir a Suprema Meta se

seguirem as instruções do Guru com fé simples, firmeza e perseverança. A vida então se tornará cheia de bem-aventurança e doçura.

62. Adiante! Adiante! Não olhe para este ou aquele lado. Não dê a menor atenção aos fenômenos psíquicos como ver uma luz ou visão, etc. Ao continuar a praticar a meditação, várias destas experiências ocultas podem aparecer por si mesmas e você poderá ver vários tipos de coisas sobrenaturais e também pode ter algum prazer nelas. Mas não pare aí; pois nesse caso você jamais será capaz de progredir além disso. Mantenha sempre sua atenção total fixa no Ideal e que seu único desejo e meta seja como aumentar sua devoção e amor por Deus, como mergulhar sua mente n'Ele e como ganhar a realização direta Dele nesta vida.

63. Prender-se aos Siddhis ou Bibhutis (poderes ocultos ou sobre-humanos) leva aos homens à escravidão de Maya e ilusão pela tentação de gozo e afasta-os do Ideal. O desejo por estes poderes não apenas é um grande obstáculo à realização de Deus como também gradualmente rebaixa e arruína uma pessoa. Os poderes ocultos não trazem o amor por Deus nem levam à salvação. No máximo podem trazer nome, fama e o gozo dos objetos desejados neste mundo; e para satisfazer estes desejos, a maior parte deles pecaminosos, não se evita nem mesmo arruinar outras pessoas. Por isso os verdadeiros Bhaktas[4] rechaçam estes poderes como veneno.

64. Nossas orações são apenas palavras de boca; não rezamos de coração – por isso é que não dão frutos. Nossas orações, com certeza, serão satisfeitas se vierem direto do coração. Quando você sentir que não está conseguindo nenhum resultado ao praticar Japa e meditação, busque dentro de si mesmo para encontrar os defeitos – as rachaduras e furos através dos quais toda a água da jarra está vazando – e tente remendá-los. Japa e meditação não podem transformar ou realizar mudanças na personalidade de um indivíduo se houver forte apego ao mundo – aos objetos sensórios, luxúria e ouro [cobiça]. Mas não abandone por essa razão a prática regular de Japa e meditação; certamente você conseguirá os resultados desejados com o tempo. Os prazeres mundanos gradualmente parecerão sem substância e insípidos; o amor e devoção a Deus aumentarão e você achará a felicidade apenas n'Ele.

65. Nosso desejo por Mukti ou Liberação, é mera pretensão; não é real e sincero. Se Deus aparecesse diante de nós e dissesse: "Aqui, eu estou lhe dando a salvação, aceite-a!", nós sentiríamos medo e indecisos e gritaríamos: "Não, não, eu não quero Mukti agora; o que acontecerá aos meus parentes e queridos que dependem de mim se eu tiver Mukti agora? Dê-me Mukti após a morte!"

4 Aspirantes espirituais do caminho da devoção ou devotos de Deus (nota do tradutor).

Você se lembra da estória do lenhador? Exausto pelo peso de sua carga, ele rezou à Yama, o deus da morte, "Ó Senhor, eu não posso suportar mais, liberte-me!" Quando o deus veio e quis levá-lo embora, ele disse, "Não, não, Senhor, eu chamei por ti apenas para me ajudar a levar esta carga de madeira sobre minha cabeça!" Similar é a situação de todos os seres humanos que estão atados pelos pés e mãos ao mundo; eles somente querem escapar de seus sofrimentos – não querem ter Mukti realmente.

66. O que você deseja intensamente, com certeza, conseguirá. Se você realmente quer Deus, você O encontrará; se você rezar a Ele por gozo mundano, você terá isto. Mas para ambos é necessário trabalhar; nada pode ser conseguido sem esforço. Que incontáveis sofrimentos as pessoas passam para atingir fins mundanos! Eles lutam com vigor dia e noite, com corpo, mente e alma, mesmo privando-se de comida ou sono, por causa de esposa e filhos, por propriedades e posses, por nome e fama. Não há descanso nem por um momento, nenhuma escapatória e ainda assim eles não conseguem tudo o que querem, pois não há fim para seus desejos e esperanças. Se você pudesse lutar deste modo por Deus, com certeza iria realizá-Lo. Rejeitando ouro e joias, estamos satisfeitos com pedaços de vidro! Nós recebemos golpes repetidos, mesmo assim não despertamos. Tal é a ilusão de Mahâmâyâ (Mãe da Ilusão Cósmica). A realização de Deus é difícil, mas pode tornar-se fácil quando uma nova direção é dada para a tendência da mente e totalmente dirigida para isto. Mas pode fazer isto apenas aquele sobre quem descer a graça da Mãe.

67. Certamente é verdade que o objeto desejado não pode ser conseguido sem esforço. Apenas crianças pequenas podem ter seus desejos satisfeitos sem esforçarem-se, pois elas sabem que suas mães compreendem todas suas necessidades. Elas não conhecem nada exceto a mãe. A mãe dá qualquer coisa que seja necessária e sempre que seja necessária; elas não têm que pensar nisto por si mesmas. Deve-se tornar exatamente como uma criança na vida espiritual. Quando a criança está com fome, chora e imediatamente a mãe, deixando todas as outras tarefas, vem, a coloca em seu colo e a amamenta. Portanto vejam, mesmo o bebê tem que chorar para que seu desejo seja conhecido. Da mesma forma o devoto também tem que invocar o nome de Deus, sentir agudamente sua separação Dele e com lágrimas em seus olhos rezar com intenso anelo por amor a Deus. Ele não se importa ou se ocupa com nada mais que poderia ser dado a ele. Quer apenas a Deus – não Seus poderes Divinos, nem mesmo a bem-aventurança e esplendor do céu. Riquezas não o atraem mais. Cantou Râmprasâd, o poeta-devoto de Bengala:

"Ó Mãe, de que me serve a mera riqueza?
Quem chora por Teus tesouros?

Se Tu deres qualquer outro tesouro, Ó Tara[5]*,*
Ele estaria caído descuidado num canto do aposento.
Mas se Tu deres Teus Pés de Lótus que eliminam o medo,
Eu os manterei sobre o assento de lótus de meu coração."

68. O essencial é trazer a mente sob controle. Se você não puder fazer isto, nada mais servirá. Como se diz:

"Mesmo se a graça destes três – o Guru, Krishna (o Senhor) e o Vaishnava (devoto) – for obtida,
Se faltar para o Jiva [ser individual] a graça daquela, não se tornará nada senão pó e cinzas."

Esta "daquela" é a mente. Se a mente for conquistada, o mundo pode ser conquistado. Todas as práticas e disciplinas espirituais são apenas para isto – a conquista da mente. Sri Ramakrishna costumava cantar uma canção, um verso da qual é:

"O montore (Mantra) que eu conheço, eu dei a você.
Este é o Mantra pelo qual eu salvei a mim mesmo e a outros em perigo; agora, mon tore".[6]

69. Um santo Guru dá apenas o Mantra que tenha sido transmitido através da linha de Gurus e repetindo o qual, os Yogis e Rishis (sábios) atingiram a Perfeição. Ele não transmite nenhum fruto fantasioso de sua imaginação, ao seu discípulo. Jamais se deveria perder a fé no Mantra ou considerá-lo algo trivial. Se a prática longa e metódica de Japa com o Mantra não tornar a mente concentrada ou purificada, saiba que não é por causa do Mantra, mas a razão está em seus próprios defeitos. Se você não tentar corrigi-los, de que serve a mera prática vocal de Japa ou trocar de Guru e se tornar discípulo de outro? Deve-se fazer Japa com a mente e a língua ao mesmo tempo.

70. Saiba que o Mantra é fonte de grande poder e a própria essência do Ideal Escolhido. Deve-se ligar-se ao mais denso para atingir o sutil; e através do sutil, atinge-se o super-sutil, que está além do alcance da mente e da fala.

71. O grande segredo da meditação é transformar a consciência do ego na Suprema Consciência, que é a verdadeira natureza da alma individual. O processo é colocar o Supremo Ser ou Deus Pessoal (Brahman com qualidades) profundamente dentro do coração ou ser mais íntimo do ser individual, tentar

---

5 Um dos nomes da Divina Mãe do Universo (nota do tradutor).
6 Aqui existe um jogo de palavras, *montore*, (coloquial para 'Mantra') e *mon tore* significando em Bengali 'sua mente'. Portanto significa que – tudo depende de sua mente, quer aceite e seja beneficiado por isto ou não. (Realmente, este verso não pode ser efetivamente traduzido para o Português).

repetidamente libertar a mente de todos os apegos aos objetos sensórios através de orações, discernimento entre o bem e o mal e pela repetição do Mantra. Assim a mente torna-se cada vez mais absorvida e quando esta atitude amadurece e atinge seu desenvolvimento completo de maneira que a mente flui como uma constante corrente de óleo, somente então ficará verdadeiramente imersa na luminosa e bem-aventurada forma e ideia do Ideal Escolhido, que é Puro Amor, Existência e Bem-aventurança – Brahman Absoluto. Este estado é chamado Bhâva, o bendito estado do êxtase espiritual ou Samâdhi, o estado superconsciente da união com a Divindade.

72. Se se cria o hábito de praticar Japa e meditação com constância todos os dias, ele se desenvolve em uma espécie de desejo muito poderoso com o passar do tempo. Quando a meditação se aprofunda, sente-se uma intoxicação, por assim dizer, que dura por algum tempo após a prática. Sente-se exaltado. Portanto você não deveria levantar-se do seu assento e envolver-se em conversas mundanas imediatamente após a meditação. Não há nenhum desejo de falar nesta hora. Sente-se perturbado em fazê-lo. Tente fazer com que este estado dure o mais que puder.

73. Da mesma forma que alcoólatras ou viciados em drogas sentem-se intensamente infelizes e deslocados se eles não conseguem sua bebida ou droga na hora costumeira, assim também os Sâdhakas (aspirantes) sentem no dia que por alguma razão falham em fazer Japa e meditação como de costume. Assim é com tudo, mais ou menos, quando um hábito particular é formado, seja bom ou mau.

74. "Nós, as pessoas mundanas, temos alguma esperança de salvação?" Por que não? Certamente que existe toda a esperança. Por acaso Deus é apenas para os Sannyâsins [monges renunciados]? Todos somos Seus filhos. Quem pode viver inteiramente fora do mundo? Nós, os Sannyâsins, também temos nossas preocupações mundanas. Também temos que pensar no benefício dos outros e nos sentimos preocupados ao ouvir seus problemas e sofrimentos; temos que pensar no bem-estar dos Sannyâsins de nosso mosteiro e de nossa organização mundial (Math and Mission); temos que pensar sobre o crescimento e expansão do trabalho do Mestre - a disseminação de Suas ideias e ideais. Também estamos profundamente aflitos com as estórias dos terríveis sofrimentos dos nossos destituídos irmãos enfermos, dos que não têm onde morar, famintos, resultado de inundações, epidemias, etc., e pensar nos meios de reduzir seu sofrimento. Mas há um mundo de diferença entre pensar em si mesmo ou nos outros. Um pertence à Mâyâ ou Avidyâ (ignorância). O outro pertence à Vidyâ (conhecimento). Não há mal em permanecer no mundo, mas tome cuidado para não ser do mundo – ou seja, que ele não seja a meta e tudo na sua vida. Permaneça no mundo e cumpra todos seus deveres e obrigações,

mas que você tenha a ideia da renúncia, o sentimento de não agir – "Eu não sou aquele que age" – de desapego, sempre presente dentro de si mesmo.

75. Conheça este mundo como sendo um longo sonho. Enquanto ele dura, continue a cumprir o seu dever, com a consciência de que o mundo é relativamente verdadeiro, para os propósitos práticos. Mas ao mesmo tempo tenha a convicção firme de que Deus apenas é a única Verdadeira e Eterna Realidade e que não há felicidade, paz ou Mukti [Liberação] até que Ele seja realizado. Após ter este raro privilégio do nascimento humano e a oportunidade de atingir o verdadeiro conhecimento, a vida e tudo mais serão em vão se você não tentar realizá-Lo.

76. A renúncia externa não traz muitas consequências, enquanto o mundo encher a mente e houver apego e desejo pelos objetos sensórios. Não importa para onde fuja renunciando apenas externamente, seja para florestas ou para cavernas nas montanhas, o mundo seguirá você lá também, iludindo-o e tentando-o sob vários disfarces e criará novas amarras para você. Chefe de família ou Sannyâsin, o que quer que você seja, se você não mantiver constantemente sua visão no Ideal e apego firme sobre Ele, a queda é inevitável e ninguém será capaz de salvá-lo.

77. Esteja sempre alerta. Nunca acredite em sua mente nem por um momento. Por mais elevado espiritualmente que seja o estado que tenha alcançado, não seja muito confiante de ter conquistado os sentidos, pois uma queda é ainda possível. De modos sutis o mal pode tentar enganá-lo assumindo às vezes a forma de virtude, algumas vezes a forma de compaixão, outras vezes a forma de amizade, para trazê-lo sob seu poder. Após um longo tempo, você pode descobrir que inconscientemente você se perdeu. E na ocasião que você chegar a inteirar-se disso, pode ser impossível retornar.

78. Como regra, é preferível casar-se e tornar-se um chefe de família, pois este é também um dos quatro Ashramas, ou estágios preparatórios da vida, um dos caminhos do autodesenvolvimento. Mas se um Brahmacharin (iniciado que fez voto de continência) ou um Sannyâsin ordenado tornar-se escravo da luxúria e do ouro [cobiça], ele comete pecado e desperdiça este mundo e o próximo. Aqueles que renunciaram ao mundo, assim como as viúvas, devem manter seus votos vitalícios de continência e nunca conscientemente violá-los. Aqueles que forem incapazes de fazer isto não deveriam hesitar em casar-se, para seu próprio bem assim como o bem de outros, pois isto é permitido pelas escrituras. "É melhor casar-se que queimar-se," diz São Paulo na Bíblia.

79. É muito necessário para todos, homem ou mulher, se qualificar em algum ramo de aprendizado, habilidade ou profissão técnica que o capacite a

sobreviver financeiramente de modo independente. A dependência de outros é um estado miserável, faz a vida tornar-se insuportável – sem falar em devotar-se, sob tais circunstâncias aos exercícios espirituais e atos religiosos, por mais intensamente que se possa desejar!

80. A prática de todo coração do Mantra comunicado pelo Guru e um ardente esforço em seguir suas instruções nos detalhes da vida, são a sua única e real remuneração (Guru-dakshinâ), e são os melhores meios de ganhar sua afeição e bênçãos e atingir a perfeição espiritual.

81. Como o pai deseja ser ultrapassado por seu filho, assim também o Guru deseja ser ultrapassado por seu discípulo. O pai quer que seu filho e o Guru, que seu discípulo, seja maior do que ele.

82. Deus mesmo é o Supremo Guru, o Guru do guru. Ele é aquele que faz a ação. O homem-Guru é apenas Seu instrumento – o veículo através do qual Seu poder é transmitido ao discípulo.

83. O Guru qualificado transmite ao discípulo, através da iniciação com o Mantra, a mais profunda e secreta verdade que ele mesmo realizou por suas próprias práticas espirituais. Não tente julgá-lo ou avaliá-lo pelas regras da razão prática. Isto seria como o quitandeiro que avaliou o diamante em exatos nove quilos de berinjelas – nenhuma a mais! Estes não são assuntos de argumento ou discussão, mas são sutis verdades misteriosas não alcançadas pelo intelecto. Elas só podem ser compreendidas por aqueles que fazem suas práticas espirituais com firme fé nas instruções do Guru. Então, véu após véu será levantado e a luz da Verdade brilhará em toda sua glória.

84. Pratique Japa e meditação todos os dias, pelo menos por algum tempo. Quando você falhar em fazê-las, pergunte a si mesmo: É por falta de tempo ou por falta de vontade? Você consegue achar tempo para todo tipo de trabalho, por mais trivial que seja, porém não consegue tempo para praticar Japa e meditação por mais ou menos uma hora! Como a água é necessária para matar a sede, a comida para satisfazer a fome e a respiração é necessária para a vida, Japa e meditação, oração e outras práticas espirituais são também necessárias, senão mais ainda, para a realização da Verdade Suprema. Um sentimento de querê-Lo deve ser criado. Isto virá gradualmente através da prática diária e poder será acumulado por isto.

85. Existem muitos que dizem ao Guru após a iniciação, "Nós não seremos capazes de fazer nada. Agora nós somos livres, tendo colocado toda a responsabilidade sobre ti." Isto é apenas uma desculpa para fugir de sua própria responsabilidade e por não desejar fazer algo eles próprios. É tão fácil conseguir

assim a espiritualidade? Ela é assim tão barata? "Assim como é a ideia, assim é a realização." A realização é proporcional à profundidade e intensidade do pensamento e da ação. Pode toda a responsabilidade ser transferida ao Guru por mera palavra de boca? Deve-se entregar-se completamente, sacrificando seu pequeno ego. Isto é conseguido através de longa prática. Você corre dia e noite e trabalha sem cessar, até abandonando comida e sono, para ganhar algumas moedas sem valor. Mas quando a questão é adquirir conhecimento e devoção espiritual, você diz: "Nós não somos capazes de fazer nada!" Como isto é absurdo! A Verdade só pode ser realizada se devotar-se de todo coração à prática espiritual ao máximo de sua capacidade, dia após dia, mês após mês, ano após ano. Não há outro caminho além deste. Não há outro caminho para Mukti.

86. Ninguém pode tomar sobre si mesmo a carga de pecado de outra pessoa, nem mesmo o Guru. É um grande erro supor que o Guru tomou sobre seus ombros toda a carga de seus pecados ao dar-lhe a iniciação. Somente as Encarnações de Deus podem, e de fato o fazem, porque eles são um incondicionado oceano de misericórdia. Eles vêm especialmente com o propósito de libertar os pecadores e aflitos. Nenhum pecado pode tocar a Deus, mesmo assim devido a ter assumido o corpo humano, os pecados daqueles que tomaram refúgio n'Ele o atacam na forma de doenças e causam sofrimento a Ele. Um pecado cometido pode ser reparado apenas por um agudo sentimento interior de arrependimento e levando-se uma vida santa após ter abandonado todas as ações pecaminosas. Somente o fogo do Autoconhecimento pode queimar toda a tendência para o pecado.

87. As pessoas consideram a religião uma coisa para a qual nenhum treino ou esforço é necessário, como se fosse algo sem dono caído no caminho, que apenas tem que ser apanhada! Todos se apresentam para dar sua opinião ou prescrição com relação à religião e consideram-se adeptos, pessoas todo-conhecedoras, sem estudar as escrituras ou fazer práticas espirituais de nenhuma espécie! Para dominar qualquer conhecimento secular deve-se estudar por muitos anos com um professor proficiente. A ideia de que o conhecimento espiritual pode ser adquirido e as verdades mais sutis da religião compreendidas sem um treinamento ou disciplina intensa, é simplesmente ridícula.

88. Muitos reclamam após apenas algum tempo após a iniciação, "Por que a mente não está se aquietando, pois não somos capazes de meditar corretamente? Por favor, faça alguma coisa para que a mente se acalme." Por acaso é fácil ter a mente calma ou a capacidade de mergulhar fundo na meditação? A mente tem a tendência natural de ir para fora, sob a influência dos Samskâras (hábitos, tendências e impressões) e apego aos objetos dos sentidos,

acumulados em vidas anteriores. Consequentemente, ela sempre busca possuir e desfrutar daqueles objetos. Não há um atalho para acalmar esta mente inquieta, exceto por esforço repetido e renúncia. Deve-se praticar Japa e meditação com paciência e constância – dia após dia, mês após mês, ano após ano – de acordo com o método prescrito pelo Guru e ao mesmo tempo, tratar de desenvolver desapego pelos objetos mundanos. Quanto mais o desejo pelos objetos sensórios diminuir, mais o amor e devoção por seu Ideal Escolhido crescerá. Quanto mais você realizar que Ele é mais próximo e querido que seus próprios seres queridos, mais a mente de forma automática se tornará calma e quieta. Então a meditação também se aprofundará e você terá felicidade e paz. Em vez de estar apressado por resultados rápidos, deve-se manter-se firme às práticas espirituais como na parábola de Sri Ramakrishna do agricultor hereditário, que continua a arar o solo mesmo se as colheitas se perdem ano após ano.

89. Quando você visitar um templo de Deus ou um Sannyâsin, não deveria ir sem alguma oferenda. Leve com você alguns pedaços de frutas ou doces ou, pelo menos, algumas flores.

90. Não fique deprimido se lamentando continuamente sobre problemas, atribulações, opressões, relações tensas, incompreensões, discussões e brigas e outras perturbações mentais, que são inevitáveis na vida mundana. Isto é inútil. Pelo contrário, quanto mais você pensar neles ou discuti-los com outras pessoas, maiores proporções eles assumirão; eles crescerão dez vezes. Você perderá completamente sua paz mental e a vida se tornará insuportável. Tente lidar com as dificuldades o melhor que puder. Palavras dão origem a mais palavras. Se, por isso, alguém disser algo injusto ou desagradável para você, é melhor ignorar e manter-se quieto. O mudo não tem inimigos. O Mestre costumava dizer, "Aquele que suporta prevalece, aquele que não suporta é destruído." Doces palavras, doces relações, paciência, serviço e amor – com o passar do tempo estes triunfarão sobre todos os males da vida. Mesmo os animais selvagens se tornam submissos pelo tratamento carinhoso. Examine-se e resolva firmemente corrigir seus defeitos, mesmo se falhar vezes seguidas; coloque todos os seus problemas diante de Deus; chore e reze a Ele do fundo de seu coração, para que remova todas as suas falhas e enganos. É em vão, melhor dizendo, é loucura tentar corrigir os outros, deveríamos corrigir a nós mesmos. Não tenha maus sentimentos por ninguém. Para aquele que é bom, o mundo inteiro é bom. Se você não puder fazer isto, a culpa é sua e terá que sofrer as consequências.

91. Apego ou o sentido de posse em relação a objetos ou indivíduos é a causa raiz de toda escravidão no mundo. O Jnâni, ou homem de Conhecimento, não ama a ninguém de forma pessoal, nem quer que outros o

amem ou se apeguem a ele de forma pessoal. Por ser livre ele mesmo, não quer que ninguém esteja acorrentado a ele pelas amarras do apego pessoal. Por ver seu próprio Ser, Deus, em tudo, seu Prema (amor) é universal – é o mesmo para todos os seres. Não há conotação física ou sensual em seu Prema, nenhum traço de luxúria, nenhuma paixão pela beleza física. O Jnâni é verdadeiramente o amante real, e o verdadeiro amante de Deus é um Jnâni.

92. Renúncia, amor por Deus e pureza são os meios de realizá-Lo. São inter-relacionados como os membros de um corpo; se um está presente, os outros dois estão lá também. Deus, cuja natureza é amor e pureza, não pode ser alcançado sem aversão pelos objetos mundanos, sem amor por todos os seres e o sentimento de que eles são seus próprios, nem sem pureza interna e externa de corpo, mente e fala. Se alguém se esforça constantemente com ânsia para manter um inquebrantável fluxo de pensamento puro dentro de si, todos os pensamentos e tendências impuras desaparecerão. O caráter será tão transformado que maus pensamentos e ações, sentimentos de malícia e inveja, tornam-se impossíveis. Tal homem irradia um poder que transforma os malvados em pessoas boas. O pior pecador, ao seu toque, torna-se religioso e veraz, mesmo o ateu é convertido em um devoto de Deus e os homens atormentados pelas aflições do mundo, encontram paz permanente.

93. Da mesma forma que o pecado e o veneno venéreo do sangue não podem permanecer suprimidos, assim também o Amor e a pureza não podem permanecer escondidos. Pode o fogo ser coberto por um pano? Por mais que uma pessoa que não tem nada que possa chamar de seu, que não faz distinção entre amigo ou inimigo, esconda-se do olhar público, o mundo inteiro torna-se iluminado pela luz de seu Conhecimento e é inundado pela onda de seu Divino Amor. Abençoado é aquele que se refugia e recebe a graça de tal Conhecedor de Brahman.

94. A juventude é a melhor época para a prática da espiritualidade. Se nesta época uma pessoa puder acumular suficiente poder espiritual através de esforço vigoroso, poderá passar o resto de sua vida em relativa segurança do medo de cair no caminho e em felicidade e paz. Não importa quantas dificuldades e perigos venham, ele se mantém firme. A menos que você construa seu caráter na juventude, não será mais possível fazê-lo depois. Não desperdice nem um momento na preguiça e em atividade infrutífera. "Minha saúde não está bem!" - "Eu não tenho tempo!" - Estas são as desculpas. Estas são coisas sem sentido. Se as refeições e a recreação, sono e todas as outras atividades diárias são controladas e reguladas, o corpo e a mente permanecerão vigorosos e bem-dispostos, e muito mais trabalho poderá ser feito com eles. Mais ainda, a qualidade do trabalho também melhorará e se descobrirá que há tempo suficiente para a prática espiritual e qualquer outro trabalho.

95. Uma pessoa não se sente bem-disposta de mente nem forte no corpo se come indiscriminadamente qualquer coisa que puder e onde quer que seja e que tenha uma existência desordenada, se submetendo livremente a luxúria e outras paixões. Tanta carga é irracionalmente colocada sobre seu corpo e mente por esta vida imprudente que o corpo desmorona e torna-se incapaz mesmo de esforço físico. Através da gula por todos os tipos de comida metade da energia do corpo é desperdiçada em digeri-la; e mesmo oito a dez horas de sono não irá reparar isto. Qualquer energia que restar poderá se esgotar em atividades inúteis e nas fofocas ociosas. Consequentemente, pouco ou nada restará para praticar meditação e Japa, nem mesmo haverá qualquer inclinação para isto. Tão logo tais pessoas se sentam para a prática espiritual começam a bocejar e cochilar. Se as coisas continuam assim, que grande trabalho poderá ser feito? Sem falar das práticas de espiritualidade e fazer bons trabalhos, nem mesmo será possível para tal pessoa ser um homem prático no mundo. Que pena uma coisa rara como a vida humana ser desperdiçada deste modo! Se nem mesmo virtudes humanas puderem ser conseguidas na vida humana, que possui a promessa da Divindade, então qual é a diferença entre esta e a vida de um bruto?

96. Um principiante na vida espiritual deveria estar sempre desperto e alerta, para que a mente, que é ainda imatura, não o leve para a escravidão através de apego involuntário às pessoas e coisas. E deve ser lembrado que este estágio de um principiante não significa apenas o breve período quando os exercícios espirituais tenham apenas começado. Dez ou doze anos de prática de Japa e meditação não necessariamente faz de um aspirante o possuidor de um alto grau de espiritualidade. O primeiro estágio pode continuar por muitos anos ou mesmo por toda a vida, até que algo seja diretamente realizado. Dura de acordo com a diferença de grau do anelo e esforço da parte de diferentes indivíduos. Esta percepção da Verdade é o início da real religião ou espiritualidade. Quaisquer rituais, cerimônias, austeridades e disciplinas religiosas feitas antes disso, são meras preparações e ajudas para adentrar o plano do Espírito.

97. Nota-se no caso daqueles que começaram a fazer práticas espirituais e Japa e meditação, que quanto mais eles tentam concentrar a mente sobre o Ishta [Ideal Escolhido], mais veementemente a mente se rebela e corre atrás de todo tipo de coisas irrelevantes. Pode-se perguntar, "Porque eu não tive estes problemas antes? Eu era capaz de aplicar-me às minhas ocupações com uma mente bem firme. Por que não consigo fazer isto agora?" A razão é que a mente era usada anteriormente em buscas externas e era atraída pelos objetos sensórios por sua própria natureza e, portanto não havia conflito. Tão logo é feita uma tentativa de controlar a mente, de retirá-la dos objetos externos sem

substância e fazê-la olhar para dentro, pelo discernimento entre o real e o irreal, então ela se rebela. A força de um rio aumenta cem vezes se é feita uma tentativa de controlá-lo. E se esta poderosa força – se o tremendo poder que é gerado assim – é voltado para algum propósito útil e desejado, um resultado multiplicado por cem é obtido.

98. O sucesso em qualquer assunto é conseguido por zelo e esforço. Tente várias vezes se você falhar. Se você não tiver sucesso mesmo após um diligente esforço, saiba que ainda não empregou a requerida quantidade de esforço. Tudo será fácil de atingir se você apenas tentar mais e mais e nunca desistir. Gradualmente o hábito será formado e se tornará parte de sua própria natureza.

99. Deus realmente não fez com que tivéssemos falta de nada, a necessidade está apenas na mente. Felicidade e sofrimento estão na mente e não fora dela. "Como é a concepção mental, assim é a realização." Nós conseguimos o que buscamos.

100. A liberdade é a suprema felicidade. Dependência é extremo sofrimento. Mas dependência de Deus é a verdadeira independência. O servidor de Deus é o mestre da Criação. Não se pode tornar-se um servidor de Deus até que se abandone a escravidão causada pelas seis paixões, a saber, luxúria, raiva, cobiça, paixão, orgulho e inveja.

101. Tanto a escravidão quanto a salvação de um homem estão em suas próprias mãos. Mesmo assim, conscientemente e apesar de sermos advertidos, colocamos nossas próprias correntes criadas por nossa própria insensatez e imaginação ilusória e sofremos miseravelmente. A situação da alma apegada ao mundo é como aquela do homem que envolve a um poste com seus braços segurando algum arroz inflado em suas mãos juntas e em vão tenta comê-lo. Não pode nem comê-lo nem soltar suas palmas, pois perderá tudo.

102. O Tantra diz, "Vai ao inferno aquela pessoa que considera seu Guru como mero ser humano, o santo Mantra de seu Ideal Escolhido como meras palavras ou as imagens de Deus ou Deusas como mera pedra e argila." O significado disto é que se, devido à falta de fé e devoção, uma pessoa tem tais noções perversas e materialistas contrárias às determinações das escrituras, como mostrado acima – não apenas bloqueia o caminho de seu progresso espiritual, como também busca sua própria ruína.

103. Aqueles que sempre recordam e pensam em Deus, repetem Seu nome em meio de todos seus trabalhos e atividades, e O conhecem como sendo seu único suporte e refúgio, nunca sentem Sua ausência quando cercados de

perigos ou calamidades. Mesmo no último momento, os pensamentos n'Ele os farão inconscientes das dores da morte, afastarão seus apegos ao mundo, aos homens e ao dinheiro e a mente ficará totalmente fixa n'Ele, desfrutando de Sua presença. Tal consumação vem para aqueles que não nascerão e morrerão mais neste mundo. Pela prática repetida da Recordação e de sentir Sua presença, isto se torna parte de sua própria natureza.

104. Quanto mais você fortalecer a convicção de que o Santo Nome e a Pessoa chamada são UM, mais você sentirá Sua presença no fundo de seu coração.

105. Diz-se que o mundo é aquele lugar em que nada pertence a ninguém e onde ninguém nem mesmo é dono de si mesmo! Tão efêmera é nossa existência mundana!

106. Aquele que é amigo de si mesmo é um amigo do mundo e o mundo inteiro também é um amigo para ele. "Este ser é o amigo de si mesmo e este ser é o inimigo de si mesmo," diz Sri Krishna no Gita (VI. 5). Ou seja, a mente pura é a causa de sua Mukti [Liberação] e a mente impura é a causa de sua escravidão.

107. Neste mundo evanescente e em constante mudança, a união coexiste com separação, prosperidade com adversidade, felicidade com sofrimento, sorte com desgraça, gozos com doenças, posses com conflitos. Cada um segue o outro como uma sombra que passa. Sabendo e experimentando isto, porque os homens mesmo assim se prendem em tal mundo devido à tentação da felicidade ilusória? A proximidade do prazer derivado do gozo dos objetos sensórios é a ruína do homem. Mesmo um grama de prazer nominal faz uma pessoa esquecer-se das dores e sofrimentos por que passou um milhão de vezes!

108. Pode-se escapar das garras do sofrimento somente se pensar sempre sobre o resultado último que seus atos podem trazer. Quem pode remover o sofrimento daquele que falha em aprender mesmo depois de repetidas experiências? Quem pode despertar aquele que finge dormir? A verdadeira realização da vida humana é conseguida dando os passos necessários para evitar retornar a este mundo e passar por intermináveis sofrimentos, nascendo repetidas vezes.

109. Nenhum trabalho jamais poderá ser feito e nada poderá jamais ser executado com sucesso, ao sentar-se inerte e esperando pelo que o destino ou a sorte poderá trazer. Mais ainda, tal atitude faz um homem indigno e Tamásico (inerte) e o degrada totalmente. Os homens cometem erros ou falham devido a suas próprias faltas e colocam toda a culpa no destino ou nos astros! Uma pessoa cai ou escorrega devido a sua própria falta de cuidado, mas culpa o solo!

Normalmente toda a realização depende de seu próprio esforço. Se existe algo chamado destino que é sentido como um obstáculo à realização da meta da vida, ele tem que ser vencido despertando com o autoesforço a força inata que jaz adormecida dentro de todos. Somente então você será um Homem. Se você fizer isto, descobrirá que o destino também será favorável a você. Se o destino apenas fosse todo-poderoso, não poderia haver tais coisas como falar de certo ou errado, virtude ou vício, ou o poder do Espírito. Os homens não são como pedras. "Apenas o destino me obriga a fazer tudo, não sou responsável pelos meus atos. Estou sendo comandado por isso." – Se esta é a atitude mental, nenhum homem jamais poderá erguer-se, ou ter esperança de atingir Mukti, ou salvação. Lembre-se, é algo degradante para um homem pensar em si mesmo como sendo fraco e à mercê de Poderes invisíveis; isto o empurra ainda mais para o lodaçal.

110. Somente aquele que teve sucesso em mergulhar sua própria vontade na Vontade de Deus tem o direito de dizer, "Eu estou sendo irresistivelmente comandado a fazer isto; eu sou a máquina e Ele é o Operador." Isto pode ser feito apenas por um devoto do mais elevado tipo, que não sabe de nada além de Deus. Ele jamais dá um passo em falso, nem mesmo inconscientemente; nenhuma ação má jamais poderá ser feita por ele; seu coração permanece cheio de irreprimível força e inspiração e jamais é assaltado pelo desespero ou depressão; ele não é comovido pela felicidade ou sofrimento. Ele sempre tem o sentimento de "Eu não, eu não, mas Tu, meu Senhor." Ganho ou perda, vitória ou derrota, honra ou desonra, tudo se tornou o mesmo para ele.

111. Quando algum trabalho tiver que ser feito, você deveria estar repleto de determinação, entregando-se a ele com todo seu coração e alma. Não dê a menor atenção aos obstáculos e impedimentos, se eles surgirem, por mais insuperáveis que pareçam ser. Você então descobrirá que estes mesmos obstáculos e impedimentos o ajudarão de um modo ou outro. Por acaso é sempre possível ter circunstâncias favoráveis? A pessoa que pensa que se devotará à adoração de Deus com uma mente despreocupada depois de completar todos os seus deveres e preparado todos os seus assuntos familiares satisfatoriamente, se engana como o tolo que foi banhar-se no mar, mas com medo das ondas violentas, pensou que só entraria na água após as ondas terem se acalmado e o mar se tornado calmo. Isto jamais acontece, mesmo sentando-se na praia até o último dia de sua vida. Sempre haverá ondas no mar. Deve-se corajosamente atirar-se ao mar e banhar-se lutando com as ondas e atravessá-las. Do mesmo modo, neste mar do mundo, deve-se chamar por Deus, fazer as práticas espirituais e adorá-Lo, sempre lutando com as ondas. Mas sua esperança de realização jamais será satisfeita se você sentar-se abraçando seus

joelhos em desespero e esperar pelo momento correto em que as circunstâncias melhorem.

112. Muitos expressam desejo de tornarem-se monges da Ordem Ramakrishna, com vista a evitar suas responsabilidades no mundo ou quando falham em conseguir um emprego ou por terem sofrido de pobreza crônica e todos os tipos de problemas e sofrimentos e por terem sido frustrados em cada passo de suas ações. Hoje em dia isto se tornou uma moda, por assim dizer, tornar-se um Sannyâsin! Por acaso é fácil ter verdadeiro Vairâgyam ou aversão pelos desejos e paixões mundanas e tornar-se um verdadeiro Sannyâsin ou homem de renúncia? É necessário preparar-se para esta vida enquanto se vive no mundo, preparando o solo com as disciplinas espirituais e treinar até certo ponto no hábito do desapego aos objetos, não ter ansiedade e egoísmo. De outra maneira, o súbito surgimento de um novo amor breve acaba como o fogo nas folhas das palmeiras secas. Os dias se passam na preguiça e a mente gravita em torno da felicidade pessoal e do conforto, nome e fama. Então se senta pouco mais de uma hora e faz sua prática de Japa e meditação como se toma um remédio ou se faz um trabalho forçado. "Hoje eu não estou me sentindo bem", - "Amanhã não terei tempo devido a outro trabalho" – desculpas deste tipo surgem. É frequente ver-se que após livrar-se das preocupações e obstáculos do mundo e passar a vida de renúncia de modo fácil e satisfeito, estes pensam, "Eu consegui o que queria; não há nenhuma razão para me apressar agora; será suficiente se eu chamar por Deus conforme minha conveniência e disponibilidade." O espírito e fervor original desapareceram e a mente pouco a pouco seguirá o caminho para a queda.

113. As pessoas de fora olham para Belur Math (mosteiro) e pensam, "Como os monges vivem uma boa vida! Que lugar tão belo às margens do Ganga [rio Ganges]! Que templos e construções tão belas! Não há preocupação nem ansiedade! A vida dos Sâdhus [monges] é cheia de festividades! Eles fazem um pouco de trabalho do Mestre em horas regulares, um pouco de estudo e prática de Japa e meditação de seu próprio modo e fazem o que querem o resto do tempo! Que vida feliz e livre!" Estes críticos pouco sabem quanto trabalho os monges da Ordem têm que fazer dia e noite, das rígidas regras e regulamentos que têm que observar; que grande variedade de serviço árduo têm que prestar constantemente; como sem preocupar-se com sua própria saúde e desprezando suas próprias vidas têm que estar sempre prontos para qualquer emergência. Eles pouco sabem que estes Sâdhus têm que enfrentar até a morte alegremente em muitas ações perigosas para o alívio e salvamento dos aflitos e sofredores – como abandonando suas vidas de intensa Sâdhana ou práticas espirituais e mesmo desprezando suas próprias salvações, dedicam suas vidas ao Serviço da humanidade, considerando o homem como um Deus vivo. O membro monástico que não cumpre os mandatos da Ordem ou fogem de suas

responsabilidades dando desculpas e vivendo como quer – estas pessoas irracionais, seguindo seus próprios desejos, caem [do caminho espiritual]. A estrada de seu progresso fica bloqueada e eles gradualmente se afastam de seu Ideal.

114. Um devoto chefe de família com fé e anelo, apesar de incapaz de fazer muita prática espiritual, é mil vezes melhor do que o Sannyâsin que caiu do Ideal. O primeiro está fazendo o máximo, de acordo com sua capacidade, para avançar no caminho do progresso espiritual e está orando a Deus com o coração cheio de anelo para a libertação de sua escravidão intolerável. Um intenso desejo por renúncia cresce em seu coração enquanto luta com as diversas obrigações dos deveres e com os obstáculos e impedimentos que constantemente encara em sua vida mundana. Seu coração tem sede e anseia pela visão de Deus e assim o desejo de realizá-lo rompendo as correntes e renunciando ao mundo é firmemente intensificado. Este anelo acelera o poder do Espírito interno. Deus vem em sua ajuda. Ele é o Guia Interno e conhecendo a condição do devoto, Ele gradualmente remove os impedimentos do caminho para sua salvação. A verdade é que a menos que o desejo pela renúncia chegue ao coração, nada – nem Amor, nem Liberação, nem Conhecimento – pode ser obtido.

115. Muitos pensam, "De que vale eu seguir o caminho da Ação ou do Serviço à humanidade? Que eu tente primeiro realizar a Deus segundo o caminho da Yoga e meditação dia e noite." Por acaso isto é possível? Se você tentar isto por alguns meses, você chegará a compreender que isto não é praticável. Como a mente será purificada a menos que trabalhe para o bem dos demais? A mente se tornará calma e pacífica antes de ser purificada? E se a mente não estiver imóvel e tranquila, será fácil meditar ou concentrar-se no Ideal? É através do trabalho que se tem o verdadeiro teste e avaliação de si mesmo. Então se descobre as limitações de seus poderes e capacidades. É apenas através do trabalho [ação] que chega a conhecer quantos e quais são os defeitos e fraquezas da mente, quão forte é a atração e o apego pelos objetos mundanos, quanto egoísmo e quanta paciência e força existem e se estão gradualmente aumentando ou diminuindo. E é apenas através da ação e do Serviço que o mais fácil e eficaz remédio para estes defeitos deve ser encontrado. Se o hábito do discernimento, introspecção e da autoanálise for cultivado, a mente gradualmente torna-se pura e sem desejos, o sentimento egoísta é destruído e o coração se enche de Amor Divino. Então não se considera o trabalho como trabalho e longe de ser uma causa da escravidão o trabalho torna-se um meio para a Liberação. Ou seja, o trabalho é então transformado em adoração, nenhuma diferença é sentida entre o trabalho e a adoração de Deus, entre o serviço ao homem como divino e devoção a Ele. Isto apenas é a

verdadeira Bhakti, ou amor por Deus. E o caminho mais natural para se atingi-lo é seguir o caminho da Karma Yoga, da ação sem apego.

116. O supremo amor por Deus não pode ser adquirido sem conseguir o Conhecimento também – ou seja, sem a realização de que meu Ideal Escolhido, Deus, está em todos os seres e indivíduos, que os mundos animados e inanimados não têm uma existência separada Dele. O sentimento da identidade, ou união, entre o Ser Supremo e os mundos animados e inanimados, como também o ser interior, é por si só o Supremo Amor e o Supremo Conhecimento. Mas os dois caminhos e os modos das práticas espirituais pertencentes a cada um diferem de acordo com as respectivas tendências mentais e qualificações dos aspirantes. As pessoas qualificadas para seguir exclusivamente o caminho do Conhecimento são raras no mundo; também o caminho é extremamente árduo. Por esta razão Bhakti mesclada com Jnâna é preferível.

117. No caminho do Conhecimento (Jnâna), a existência de tudo deve ser negada desde o início – "Isto não, isto não, eu não sou isto, nem aquilo. Nada do que vejo, escuto, ou percebo sou eu. Eu não sou o corpo, nem a mente, nem os órgãos sensórios; não sou eu que experimento a doença, tristeza, felicidade ou sofrimento, calor e frio. O universo manifestado – é totalmente não existente. Ou seja, ele não tem existência nas três divisões do tempo – passado, presente e futuro – e por isso é irreal. Eu sou da natureza da indivisível Existência - Conhecimento – Bem-aventurança, o Supremo Brahman, o Supremo Ser, o UM sem um segundo." Por acaso é possível para um indivíduo com as limitações do corpo, ego, etc., praticar disciplina tão rigorosa? Um espinho está espetado na carne, ou o fogo está queimando-a, mesmo assim não há um sentimento de dor! Este é o estágio final de um homem de perfeita renúncia que não possui o menor apego aos objetos dos sentidos, o estado que é experimentado no Nirvikalpa Samâdhi – o supremo estado da Supraconsciência além de todas as modificações da mente – a culminação de toda prática espiritual e realização. O Mestre costumava dizer que o corpo não dura mais de vinte e um dias neste estado.

118. O caminho da devoção, ou Bhakti Yoga, é fácil para todos trilharem, pois não requer a destruição dos sentidos ou arrancar os desejos naturais; só se necessita dar a eles uma nova direção. Suas tendências, desejos e energias devem ser dirigidos ao longo de novos canais. Isto pode ser feito seguindo a linha da menor resistência. Deve-se retirar a mente gentilmente dos objetos dos sentidos e dirigi-la para Deus. O modo de fazer isto é livrar-se dos desejos percebendo, com a ajuda do discernimento e da razão, o caráter maléfico da luxúria, raiva, cobiça e ilusão, que são as causas de eterna escravidão e sofrimento; e também realizar que a menos que estas paixões sejam conquistadas, os homens terão que nascer e morrer repetidas vezes e seu

sofrimento não terminará completamente, nem na eternidade. Por estes meios os desejos e tendências más não apenas perderão suas forças gradualmente, mas sua tendência incontrolável para baixo pode, pelo processo da sublimação, ser levada para cima e ser convertida em tremendas forças do bem que inundarão a vida com um inesgotável sentimento de suprema bem-aventurança. Se você deseja o prazer, tenha sede pelo êxtase de estar na abençoada companhia do Senhor que é Todo Amor! Se você tiver que ser avarento, anseie pela posse do imortal Supremo Tesouro, que é Deus! Se você tiver que estar enamorado pela beleza, esteja enamorado do Eternamente Belo! Se você tiver que ter raiva, fique zangado com Ele por não se revelar a ti! E assim por diante com relação ao orgulho e inveja, que o mantém preso às insignificâncias da vida.

119. No início deve-se seguir o caminho do trabalho e das práticas espirituais. Ambos são necessários. Deve-se seguir um junto com o outro em uma combinação harmoniosa. Tenha a firme convicção que a meta de ambos é a realização de Deus. Se na ação este ideal não está firmemente colocado diante de si, todos os tipos de distrações e perturbações mentais surgem e a pessoa se perde no labirinto do trabalho. O equilíbrio correto deve ser cuidadosamente observado. É o mesmo com relação a qualquer outro ideal de vida. Por esta razão, deve-se sempre estar desperto e alerta, discriminar sempre entre o real e o irreal e cultivar o hábito da oração. Se isto é feito, chegará um dia, pela graça de Deus, quando nenhuma diferença será sentida entre trabalho e prática espiritual; tudo que for feito será transformado em prática espiritual. Mas é necessário para um devoto trabalhador ir de vez em quando às peregrinações e executar as práticas espirituais e austeridades intensamente por algum tempo, por exemplo, mais ou menos um ano, em um lugar solitário, preenchido do espírito de completa renúncia e dependência de Deus. Isto torna o corpo e a mente revigorados, vigorosos e bem-dispostos, traz autoconfiança e fé em Deus, e cria força e um caráter completo.

120. Qualquer um que tenha sido iniciado pode, sem exceção, fazer a adoração de seu Ideal Escolhido. A iniciação purifica o corpo. Faça sua adoração (Pujâ) com profunda devoção, sabendo que Ele [o Senhor] é seu mesmo e tendo inteira fé n'Ele. Ofereça flores, pasta de sândalo, guirlandas e doces, conforme o desejo de seu coração. Se a mente estiver absorvida na adoração, facilmente ficará quieta, a meditação se aprofundará e você terá grande felicidade. Não existe "isto pode e isto não pode" na adoração que é feita por amor, não há necessidade de textos sagrados, fórmulas, diagramas, genuflexões, gestos particulares ou manipulação dos dedos. Os únicos requisitos são fé, reverência e amor. Na hora de executar a adoração, pense que seu Ideal Escolhido está realmente e amorosamente aceitando suas oferendas de flores, frutos, doces e outros objetos, por mais insignificantes que possam ser. A comida ungida com amor e devoção é muito doce e querida para Ele. Ele comeu com extremo gosto

a comida simples do Bhakta Vidur, recusando o convite do Rei Duryodhana. Qualquer coisa que coma, faça-o após oferecer mentalmente a Ele; saiba que esta é comida consagrada, a dádiva de Sua misericórdia. Isto destrói qualquer propriedade daninha que possa estar ligada à comida.

121. Sevâ (Serviço), Swâdhyãya (estudo das escrituras), Sâdhanâ (práticas espirituais), Satya (Veracidade), Samyama (autocontrole) – estes cinco 'S' são os melhores meios para a Realização. Sempre os pratique com afã e com o máximo de sua capacidade.

122. As más tendências (Samskâras) desta vida e das vidas anteriores são aniquiladas e boas tendências são formadas e fortalecidas pela constante e regular prática de deveres diários tais como Pujâ, Swâdhyâya [estudo das sagradas escrituras], Serviço, Japa e meditação, etc. Como resultado disto, as práticas espirituais tornam-se fáceis de serem feitas e a mente, tornando-se pura e constante, é absorvida no pensamento de Deus e ao final alcança o conhecimento da Realidade.

123. A menos que se tenha um incentivo derivado de algumas boas tendências ou ações virtuosas feitas nas vidas anteriores, não se consegue fé na religião ou em Deus, nem se sente qualquer inclinação por estes. Mesmo se tal fé ou inclinação existir como resultado de algum trabalho extraordinário de mérito religioso, tantos impedimentos e obstruções aparecem que é extremamente difícil fazer progresso rápido no caminho religioso. Mas não será por esta razão que você o abandonará em desespero. Quanto mais firmemente resolver vencê-los, mais eles se afastarão de seu caminho. E não apenas isto, mas poderá até acontecer que estas mesmas obstruções perderão sua hostilidade e se tornarão amigas e benéficas a você. Quanto mais você tem medo de enfrentar os obstáculos e impedimentos, mais eles tentarão amedrontá-lo e serão persistentes.

124. Sem boas tendências adquiridas da vida passada, não se pode compreender corretamente as escrituras e as instruções do Guru. Pode-se ter alcançado grandes alturas em erudição e intelectualidade, ou em qualquer outra linha; pode-se ter uma alta posição, fama e honra na sociedade; pode-se ter uma excelente capacidade para negócios e ser um multimilionário, mas no que se refere às sutis verdades do Espírito, pode-se ser tão ignorante como um bebê e não compreender facilmente as coisas mais simples da religião. Mas se for veraz e tiver fé, simplicidade, amor e sentimento pelos pobres e aflitos, pode ser abençoado, pela graça de Deus, com a companhia de pessoas santas e um Guru competente e conseguir seu favor. Como resultado disto, adquire-se capacidade para compreender as sutis verdades da religião.

125. Mesmo se não houver muitas impressões boas, impressões favoráveis poderão ser criadas como resultado do esforço, anelo e prática constantes. Existe um poder tremendo na prática. A prática torna-se firme e constante se for contínua e ininterrupta por um longo tempo com fé e devoção. Qualquer coisa que você pratique torna-se com o passar do tempo sua segunda natureza. Então não será mais necessário esforçar-se para conseguir uma coisa desejada, pois ela é automaticamente feita. Se você praticar constantemente a recordação de Deus, a oração, Japa e meditação, então eles sairão de seu coração, sem o exercício de qualquer vontade ou esforço consciente, mesmo enquanto você estiver envolvido em outro trabalho. A mente fica apontada para aquele caminho, como a agulha de uma bússola. Daí o apego aos objetos mundanos desaparece e os perigos e calamidades não poderão perturbar a mente de tal pessoa. Mesmo no momento da morte a mente permanece firme e absorta n'Ele. Tal pessoa não terá que nascer ou morrer novamente, e mergulhará no supremo estado da Beatitude.

126. Se você for capaz de estabelecer Deus em seu coração, por meio da prática espiritual feita com intensa sinceridade, discernimento, desapego e amor, você O realizará, e O verá em toda parte, dentro e fora, e em todas as coisas. Nada permanecerá mais no universo para tal pessoa ganhar ou desejar, sua vida estará cheia de bem-aventurança. Esta é a verdadeira meta da vida humana. O resto não é nada, apenas perseguir sombras.

127. Pratique Japa e austeridades com todo seu coração o máximo que puder. Você deve, contudo, ter firmemente a ideia na mente que Deus somente poderá ser realizado por Sua graça[7], e não como resultado de sua prática de certa quantidade de Japa e austeridades. As práticas espirituais servem apenas para cansar as asas, por assim dizer. Um pássaro quer descansar tão logo suas asas se cansam. Depois de voar pelo oceano, o pássaro descobre que não há outro lugar de descanso exceto o mastro de um navio e ele pousa sobre ele. Mas a menos que o sentimento de que Deus é o único refúgio cresça até ser uma convicção inabalável, ninguém poderá refugiar-se completamente n'Ele e conhecê-Lo como sendo seu tudo em tudo.

128. O verdadeiro devoto nunca tem uma atitude de compra e venda por Deus. A ideia de barganhar com Ele por Bhakti e Mukti nunca entra em sua mente. Ele sabe que Deus é o oceano de misericórdia incondicional, que Ele inquestionavelmente derramará Sua graça por virtude de Seu próprio caráter e natureza. Deve-se, contudo, fazer as práticas espirituais o melhor que sua capacidade permitir, para chegar finalmente à inevitável conclusão de que nada

---

7 Hari Maharaj (Swami Turiyananda) de forma bela e repetida fez observações deste tipo em suas "Cartas". O propósito delas é dado neste e nos três parágrafos subsequentes.

de todas estas práticas têm a menor consequência, sem Sua misericórdia. Assim um devoto cantou:

"Se é Tua vontade, Ó Mãe, salvar-me por virtude de Sua própria natureza, então volte Teu olhar de misericórdia sobre mim! De outra forma toda esta conversa de encontrar-Te praticando Japa é como o Sângâ de fantasmas." Sângâ significa casamento. Que casamento pode haver para fantasmas? Isto é uma tolice! Ninguém jamais realizou a Ele ou realizará meramente pelo poder das práticas espirituais. O homem de sabedoria sabe que a esperança de realizá-Lo por meio de práticas espirituais é como "cruzar o oceano nadando".

129. Se deveria então abandonar as práticas espirituais e esperar passivamente na esperança de encontrá-Lo quando Sua graça chegar por si só? Pode alguém que está atormentado pela sede e cujo coração anela por Ele, sentar-se, colocar suas mãos sobre o colo com sua alma com paciência até a eternidade? N verdade, sua condição é, como expressado na apaixonada expressão de um ardente Sâdhaka, "Minha mente compreende, mas o coração não; é o caso de um anão tentando pegar a lua!" A palavra impossível não existe para o aspirante. Ele sabe que Deus faz mesmo o impossível possível, que Ele pode se quiser, passar um camelo pelo furo de uma agulha.

130. O espírito de um verdadeiro devoto – de um verdadeiro Sâdhaka – é: "Eu tenho felicidade em praticar Japa e meditação e não posso deixar de fazê-las. Eu as pratico porque não há outro modo de acalmar meu coração. Eu pratico porque Japa e meditação são o suspiro de minha vida, sem elas não é possível viver. Deus é a Vida de minha vida, o Ser de meu ser. Ele deve ser realizado de alguma maneira. Se eu não O encontrar, ficarei louco e morrerei e esta vida terá sido em vão!" Se houver este intenso anelo, tal loucura de amor, tal inabalável tenacidade de propósito, Ele por certo derramará Sua benevolência sobre o devoto, pois Ele é todo misericordioso. Sem falha, Ele se mostrará, se invocá-Lo com toda sinceridade e anelo, se renunciar a tudo por Sua causa e tomar refúgio n'Ele apenas.

131. Mas este anelo, este sentimento de que Ele é o único refúgio, chega facilmente? Ele chega apenas no último nascimento daquele que se devotou arduamente às práticas espirituais para atingir a meta em muitas vidas prévias. Esta característica rara brilhou de forma constante durante toda a vida de Nâg Mahâsaya, o grande discípulo chefe de família de Sri Ramakrishna. Que espantoso estado de intoxicação divina preenchia todo seu ser constantemente! Que absorção completa sem qualquer consciência do corpo! Que maravilhosa humildade, considerando-se a mais baixa das criaturas de Deus! Que intenso anelo pela visão de Deus queimava em sua alma e consumia seu corpo terreno! Aquele que não o viu não pode formar nenhuma ideia de sua personalidade única. Que maravilhosa vida! Que maravilhoso exemplo!

132. Deus não pode ser visto a menos que a mente se torne tranquila, pura e imaculada. A menos que a água de um lago permaneça calma e transparente, ela não refletirá nada, ou o fará de forma indistinta. Se o espelho estiver coberto com poeira, não refletirá uma imagem ou o fará de uma forma borrada. Por esta razão repetidas práticas e renúncia são o único meio ou disciplina para a purificação mental. Mesmo aquilo que se acha difícil ou impossível torna-se fácil de conseguir por força da prática constante. O que quer que seja regularmente praticado, gradualmente torna-se parte de sua própria natureza. Junto com isto o espírito da renúncia deve ser cultivado. "Tudo é passageiro e sem substância, somente Deus é real e eterno". Se, ansioso desta forma, puder se entregar com todo coração e alma a Ele somente, o amor puro surgirá em seu coração. Se ele chegar, o que mais existe para buscar e possuir? "O Senhor é da natureza do amor inefável". Quando este amor, que está além da fala e da mente, se aprofunda e habita no coração, então ele se revela como transformado na forma do Bem-amado que é amor personificado.

133. Qualquer que seja seu salário, tente poupar um pouco todos os meses. O Mestre costumava dizer que é muito necessário para o chefe de família poupar. Torna-se muito útil no futuro, porque saúde, emprego, negócio, riqueza, parentes – nada disto é permanente. Se na juventude ou na meia idade, uma pessoa iludida pelo gozo dos prazeres sensórios, sob a influência de más companhias, tendências e hábitos maus, gasta sem um pensamento para o futuro tudo o que ganha ou mais, então é certo chegar a sofrer até o fim. Doenças e incômodos, perigos e calamidades, preocupações e ansiedades, estão sempre presentes no mundo. Na velhice torna-se presa de doenças e decrepitude, e perde rapidamente a capacidade de trabalhar. Se houver alguma economia, então não sucumbirá às dificuldades, nem se lamentará, mas poderá passar o resto de sua vida independentemente com paz mental, pensando em Deus e no Espírito.

134. "Qualquer que seja a situação, Ó Mãe, em que Tu me coloques – isto é verdadeiramente uma benção para mim, se eu não esquecer a Ti!" isto cantou um Sâdhaka. Ele, o Senhor, é Todo-bondade, o Guia Interno de todos. Ele sabe o que é bom para um e o que é bom para o outro e assim ele dispensa as coisas de tal modo que elas podem ser boas para você tanto da mesma forma que boa para cada um e todos, pois Ele deve cuidar de todo o universo. Deve-se saber que certamente Ele não pode fazer o que é bom para um apenas, ao custo de prejudicar todos os outros. Sempre pensando no "eu e meu", e nos confinando dentro de um círculo estreito, nós desejamos a felicidade somente para nós e para os nossos parentes e tentamos consegui-la a qualquer custo, sem se importar se isto produzirá o mal para os outros. Não há felicidade sem adulteração, sem a dor, no mundo. Ambas estão tão misturadas que se você

quiser uma [a felicidade], a outra virá junto [a dor]. Portanto nós apenas nos enganamos ao querer ter o que gostamos. O Senhor sabe infinitamente melhor que nós o que será para o nosso real bem, porque Ele é Todo-conhecedor. Sofrimento e felicidade não podem perturbar a equanimidade da mente daquele que estando satisfeito com qualquer coisa que Ele disponha, refugia-se apenas n'Ele e vive no mundo tendo total confiança n'Ele.

135. "Vários tipos de obstruções surgem sem aviso para aquele cuja mente está apegada aos objetos mundanos, mesmo se ele se retirar para a floresta. Mas se uma pessoa está engajada em boas ações e controla os cinco sentidos, apesar de viver em seu lar, isto é Tapasyâ (prática de austeridade). O lar de um homem sem apego é realmente um Tapovana (mosteiro)." – assim diz o *Hitopadesha*. Onde quer que você vá, o que quer que você faça, com a mente descontrolada, inevitavelmente você sofrerá e não haverá escapatória. Além disso, você também ficará amarrado em novas e impensáveis correntes e amarras. Mas para aquele que pode controlar sua mente através das práticas espirituais, que está livre do apego aos objetos apesar de viver no mundo, o lar ou a floresta são iguais. Onde quer que ele possa viver, ele é sempre-livre e cheio de bem-aventurança.

136. O homem comum não pode permanecer nem mesmo um momento sem falar. Se ele não tem ninguém para falar com ele, certamente conversará mentalmente. Que mais ele está pensando? Ele está conversando consigo mesmo. Se isto é assim, não é muito mais preferível repetir o nome de Deus e pensar n'Ele tanto quanto possa, em vez de se engajar infrutiferamente em conversas idiotas e fúteis? Claro que é inevitável, por causa do trabalho e negócios, engajar-se em vários tipos de conversas com pessoas. Mas quando você está sozinho ou não tem nenhum serviço importante a mão, é certamente desejável criar o hábito de recordar a Deus e repetir Seu nome, em vez de se entreter com outros pensamentos que são de pouco valor. É necessário praticar Japa todo o tempo para afastar outros pensamentos; pois Japa significa contínua e ininterrupta repetição do nome de Deus.

137. Ao fazer Japa, deve-se pensar somente n'Ele, considerando o nome e o objeto significado por ele como idênticos. O nome é idêntico a aquele que tem este nome, ou seja, tão logo você pronuncia este nome, se compreende que significa a pessoa que tem este nome. Se você chama alguém pelo nome, sua imagem simultaneamente aparece diante da mente e ele também responde ao chamado e se aproxima. Japa é exatamente assim, se é corretamente feita e se a mente se mantiver fixa n'Ele apenas. Mas deve haver esta fé – que o chamado chegará a Ele e que Ele responderá. É também o caso com a oração, se é sincera e ardente. Pela repetida prática de Japa, este sentimento de certeza e proximidade é firmemente estabelecido e a mente torna-se absorvida n'Ele e Sua

Presença é inequivocamente sentida. Assim as escrituras dizem, "A Realização chega através de Japa".

138. Os Yogis dizem que existem sete lótus ou centros nervosos no corpo humano. Na base, na região retal existe o lótus de quatro pétalas *Mulâdhâra*; o de seis pétalas *Swâdhisthâna* na raiz do órgão genital; o de dez pétalas *Manipura* atrás do umbigo; o de doze pétalas *Anâhata* no coração; o de dezesseis pétalas *Vishuddha* atrás da garganta; o de duas pétalas *Ajnâ* entre as sobrancelhas e o lótus de mil pétalas chamado *Sahasrâra* no topo da cabeça. Além disso, existem os três nervos chamados *Idâ*, *Pingalâ* e *Sushumnâ* respectivamente à esquerda, à direita e no centro da coluna espinhal, subindo através dela. A corrente nervosa, *Sushumnâ*, termina no *Sahasrâra,* o assento de Brahman, depois de passar através do centro dos seis lotús, um após o outro. Mas a passagem do *Sushumnâ* permanece fechada até que *Kulakundalini*, o poder enrolado como uma serpente, desperte. O *Kulakundalini* é o poder do Conhecimento do Ser, é da essência da Inteligência e Brahman. Esta Shakti está dormente – inativa e não percebida – adormecida, por assim dizer, deitada enrolada como uma serpente adormecida no lótus *Mulâdhâra* em todos os seres humanos e é despertada pela Yoga, meditação, práticas espirituais, etc. Quando este poder no *Mulâdhâra* desperta e une-se com o Supremo Shiva ou Paramâtman (Ser Supremo) no *Sahasrâra*, após subir pelo canal do nervo *Sushumnâ* abrindo e passando sucessivamente através dos centros *Mulâdhâra, Swâdhisthâna, Manipura, Anâhata, Vishuddha e Ajnâ,* então o néctar de uma doçura supra sensória flui da união dos dois, saboreando o qual o indivíduo mergulha no *Samâdhi*. Somente então o indivíduo desperta para o Conhecimento do Ser Supremo e atinge a Perfeição. Mais ainda, várias experiências espirituais maravilhosas ocorrem, como a percepção de uma luz auto-luminosa que abrange tudo ou a gloriosa visão do Ideal Escolhido. Algumas vezes esta Kundalini-Shakti desperta por si mesma, ou com pouco esforço, pela graça do Guru ou do Supremo Senhor, devido à força das Sâdhanâs ou boas ações feitas nas vidas passadas. O Mestre costumava dizer que o corpo não dura normalmente mais do que vinte e um dias neste estado de Nirvikalpa Samâdhi (o estado de Pura Consciência além de todas as modificações mentais), quando o indivíduo é absorvido no Supremo Ser ou Brahman – torna-se UM com Ele. Isto, de forma abreviada é o que é conhecido como *Shat-chakra-bheda* ou a abertura dos seis Chakras, ou místicos centros nervosos.

139. Mas aqueles que são mestres do mundo, *Achâryakotis* (mestres espirituais especialmente dotados) ou *Iswarakotis* (pessoas com autoridade Divina), que nasceram no corpo humano para o bem do mundo ou para o cumprimento de uma especial missão divina, podem e trazem para baixo novamente o despertado poder serpentino do *Sahasrâra* (cabeça) por meio desta passagem ao *Anâhata* (coração) e permanecem em um estado divino especial

chamado Bhâvamukha, rejeitando para si mesmos até a Bem-aventurança de Brahman. Eles vivem alternativamente nos estados de consciência absoluta e relativa, quer dizer, algumas vezes se perdem em Samâdhi ou consciência Divina e descem ao plano humano, com o único propósito de liberar, por compaixão, milhares de almas da ilusão e das correntes da ignorância.

140. Swamiji (Swami Vivekananda) disse que somente muito raramente o poder da Kundalini de algumas grandes almas desperta por si só, sem terem seguido de forma apropriada os usuais métodos científicos do Yoga como estabelecido nas escrituras Hindus. É como a súbita descoberta de alguma verdade inesperada. Suponha que enquanto caminha ao longo de uma rua um homem tropeça e encontra algo brilhando sob uma pedra que foi deslocada por acaso. Levantando a pedra, ele descobre enterradas jarras e jarras cheias de moedas de ouro. É desta forma. Mas aqueles que realizam subitamente desta maneira alguma verdade elevada, podem causar ao mundo tanto o bem quanto o mal, por seu fanatismo ou mente estreita. No momento do canto coletivo de canções religiosas eles podem chorar, gemer e dançar energicamente até que percam a consciência devido a exuberância de emoção subitamente excitada. Uma parte de seu poder da Kundalini despertou, sem dúvida, por uns poucos momentos, mas isto frequentemente tem uma reação terrível. Descobre-se geralmente que o desejo de indulgência em seus hábitos viciosos, ou seu desejo por nome e fama por posar como grandes devotos ou adeptos espirituais diante do público cresce muito fortemente e eles finalmente degeneram em hipócritas e charlatões.

141. Como os homens veem o sol com a ajuda da própria luz do sol e não por acender uma luz, da mesma forma Deus é visto apenas através de Sua própria graça e não através dos poderes limitados dos homens. Mas o sol não pode ser visto se nuvens vêm e o cobrem. Da mesma forma Avidyâ (ignorância), ou Mâyâ, bloqueia a visão de Deus. Os ventos da oração e da disciplina espiritual sopram aquelas nuvens e Ele se revela. A oração e a disciplina espiritual não são as causas que resultam na revelação de Deus, pois Ele se auto-revela; elas apenas retiram a cobertura e as obstruções.

142. Jnâna, Bhakti, Pureza, Renúncia, Anelo por Deus – estas são Divinas qualidades, Suas próprias características essenciais. Com estas Ele dota adiantadamente a pessoa a quem Ele quer mostrar favorecimento ou revelar-Se. Quando estas virtudes são encontradas em uma pessoa, fica claro que a noite escura da ilusão está perto de terminar e que a gloriosa alvorada breve surgirá. Você conhece o seguinte ensinamento do Mestre? Um Zamindar (dono de terras) importunado por seu inquilino, não apenas concordou em visitar sua casa e compartilhar de sua hospitalidade, mas também enviou certas mercadorias para a casa do inquilino, pois sabia que ele era pobre e não seria

capaz de adquirir aquelas coisas caras. Deus mostra seu favorecimento apenas a aquele que anseia por Ele com um coração cheio de anelo, tendo renunciado a tudo por Sua causa.

143. Deus então tem gostos e desgostos, favorece alguns e rejeita outros? Então Ele não favorece ou fica insatisfeito com aquele que vive no mundo esquecido d'Ele, envolvido com esposa, filhos, família e propriedade? Como pode ser isto? Todos, sejam devotos ou difamadores, sejam sannyasins ou chefes de família, são verdadeiramente Seus filhos. A mãe tem o mesmo amor e afeição tanto quando seu filho está absorvido nas brincadeiras e esquecido dela, quanto quando ele chora por ela jogando fora todos os brinquedos e ela para seus afazeres e o pega em seus braços e o acaricia. A mãe pensa que enquanto o filho está envolvido no jogo, está muito feliz, então porque perturbá-lo? Que ele continue brincando! Quando ele não acha mais interessante o jogo, o deixa e derruba os brinquedos, então ele quer sua mãe apenas e não se conforta com nada mais – então é que a mãe vem e o pega em seu colo. Na verdade pode haver algum jogo que possa dar aquela felicidade que o filho sente ao sugar os seios nos braços da mãe? Mas como sempre, ele não abandona os jogos! Isto se chama Mâyâ.

144. Por mais que trovões soem e tempestades e chuvas desabem, por mais que relâmpagos brilhem e raios caiam, ainda assim o pássaro Châtak, sem nenhum medo, voltará sem rosto em direção ao céu e matará sua sede bebendo água de chuva à vontade. Ele nunca bebe, como diz a tradição, a água de um tanque, lago ou sobre o solo, mesmo que estiver morrendo de sede. De forma similar, aquele que é um sincero devoto de Deus, olha apenas para Ele para extinguir a imensa sede de sua alma e não tem nenhuma expectativa de nada e de ninguém exceto por Deus. Ele sabe que tudo que acontece, é uma dádiva de Sua misericórdia. Ele nunca está perturbado, por mais que possa ver Sua face aterrorizadora, e seja na dor ou no sofrimento, miséria ou pobreza, calamidades e outros males que possam cair sobre ele no mundo, ele vê neles somente a face de seu Bem-Amado. Ele sabe que Deus é Bom, que qualquer coisa que Ele faz é para o seu bem e para o bem de todos. Ficar descontente significa ver defeitos n'Ele e reclamar contra Ele e Suas dádivas. O verdadeiro devoto não pode fazer isto mesmo por sua própria vida.

145. O Guru é aquele que leva o Jiva [ser individual], queimado pelo fogo do sofrimento tríplice da vida (dor corpórea, mental e aquelas causadas por causas naturais) em direção a Deus e ao caminho da paz. A relação entre o Guru e o discípulo é aquela de um pai espiritual e um filho ou filha. Um pai mundano gera um filho. O Guru liberta o discípulo do nascimento e da morte mostrando a ele a Suprema Verdade. A dívida paterna pode ser paga continuando a linhagem familiar executando as cerimônias de Srâddha

(cerimônias sacramentais feitas por um filho após a morte de seu pai para seu bem-estar no além). Mas a dívida ao Guru não pode ser paga mesmo oferecendo seu tudo, pois ele liberta o discípulo de Avidyâ (ignorância). Como uma ou outra virtude é herdada pelos filhos e netos em vários graus, assim também a espiritualidade por certo descende ao discípulo e aos discípulos de seus discípulos na linhagem de Gurus.

146. A realidade não pode ser alcançada se houver impaciência. O Supremo Ser apenas é a única Realidade, Essência e Verdade; e todas as demais coisas – o universo manifestado – são irreais, sem essência e ilusórias, e por isso dignas apenas de serem rejeitadas. Grande paciência e perseverança são necessárias para que o conhecimento deste fato fique estabelecido.

147. O real "VOCÊ" existirá apenas verdadeiramente quando o pequeno "você", ou ego, cessar de existir. Sua vida verdadeira começará quando o pequeno "você" tiver morrido. "Os problemas desaparecem quando "eu" (pequeno ego) morrer".

148. Pensar que nossa vida e morte dependem deste mundo faz com que nós próprios criemos todos os tipos de problemas e perturbações para nós mesmos em uma tentativa de salvaguardar "nossos próprios direitos e interesses". Daí nos sentimos infelizes e nem temos nenhum escrúpulo também em causar perda ou ruína aos outros. Dia e noite nos esgotamos correndo para conseguir nossos fins, lutando pela vida e brigando com outros. Como as pessoas dizem, "Ó, não tenho tempo nem para morrer!" Tal é a Mâyâ (feitiço ilusório) de Mahâmâyâ, a Divina Mãe, a grande criadora da Ilusão Cósmica! A Mãe senta-se e observa o jogo e sorri. São como gatinhos e cachorrinhos brincando, entrando em lutas e às vezes arranhando-se bastante uns aos outros. Nós damos uma importância indevida ao jogo, nos misturamos e nos envolvemos tanto com ele que nos descuidamos das consequências e não nos importamos nem se morrermos na briga. O jogo sem dúvida torna-se muito atraente, como uma peça de teatro parece real se os atores e atrizes identificarem-se totalmente com os seus personagens. Mas isto é apenas por um tempo – uma fase temporária.

149. Este jogo termina somente quando a consciência chega de que o próprio mundo, esta nossa vida é apenas um jogo. Quando temos um pesadelo às vezes rimos ou choramos como um louco; às vezes nos encontramos em um mar de perigos mortais e gememos de medo e choramos de agonia. Parece que não há fim dos horrores. A razão e o julgamento nos deixam e mesmo as coisas mais estranhas nos parecem naturais e verdadeiras. Mas o sonho termina tão logo acordamos e realizamos que foi, apesar de tudo, apenas um sonho. Retornando ao estado normal pensamos, "Ah, que alívio"! Ou podemos sonhar

um sonho agradável – por exemplo, que ganhamos 200.000 rúpias na loteria, e nos enchemos de felicidade; e quando o sonho termina subitamente, ficamos deprimidos. Toda nossa vida não é nada além de um longo e contínuo sonho como esse. É formada de bons e maus sonhos, de esperança e desespero, de prazer e dor, como suas características e conteúdo. Enquanto este sonho durar, consideramos tudo como real. O universo desaparece completamente quando o sonho acaba. Então o que permanece? – O Sempre-Verdadeiro existe e revela Seu próprio Ser por Sua própria natureza.

150. Porque deveria Deus estar zangado com alguém? A raiva é causada quando alguém se coloca no caminho de um objetivo muito desejado. Existe algo que Ele deseja ou que Ele deva ainda obter ou que não possa obter? E quem pode colocar obstáculos em Seu caminho? Ele não espera nada de nós. Não tem a mínima importância para Ele se chamamos por Ele ou se permanecemos esquecidos d'Ele. O ganho ou perda, prazer ou dor, bem ou mal, pertencem a nós apenas.

151. Os Upanishads declaram que aquele que sabe que conhece Brahman, não O conhece. Mas aquele que sabe que Brahman está além do alcance da fala e da mente e é da natureza do Conhecimento Absoluto e por isso além de todo conhecimento e experiência limitada, O conhece de verdade. Então ele torna-se Brahman. Quem pode conhecer o Conhecedor? Ao ser conhecido, o Conhecedor torna-se um objeto do conhecimento e por isso limitado. O que quer que esteja limitado e dentro do plano do espaço, tempo e causalidade, tem nascimento e destruição, méritos e defeitos, consequentemente jamais poderá dar Mukti, ou Perfeição. Então qual seria o benefício de conhecer, adorar ou atingir tal objeto limitado?

152. Brahman é da natureza da Verdade, Conhecimento, Bem-aventurança e Infinitude. Estes não são seus atributos, mas sua natureza ou essência. Os atributos limitam. Eles não são eternos porque crescem e decaem. Brahman está, por isso, além de todos os atributos ou qualidades, além de tudo. Pode-se apenas dizer sobre Brahman que Ele "não é isto, não é isto". Mesmo isto também não pode ser dito quando Sua total natureza for realizada, porque o sentido de dualidade desaparece totalmente neste estágio. Quem existe então, para expressar ou dizer algo d'Ele? Mas em Seu aspecto com Forma, como Deus Pessoal, Brahman é o possuidor de infinitas e benditas qualidades.

153. Se Brahman é "Uno sem um segundo", de onde e por que Mâyâ vem e age sobre Ele? Esta é uma pergunta muito, muito velha, que não leva a nenhum lugar, pois nenhuma resposta jamais poderá ser dada de dentro do plano de Mâyâ. E quem haverá para fazer esta pergunta após ir além de Mâyâ? Pois nada chamado Mâyâ existirá então para tal pessoa. Naquele estado, aquele

que vê e o que é visto ambos são destruídos e somente permanece a ideia de unidade. Obtém-se então a percepção intuitiva que só existe Brahman, sempre o mesmo no passado, presente e futuro, brilhando em Sua Glória transcendente – que Mâyâ jamais O tocou, que o sentido da dualidade é mera ilusão e que "Eu sou Brahman, o Absoluto".

154. Somente é um discípulo aquele que luta de todo coração para cumprir a letra e o espírito das instruções do Guru, com sincera consideração e fé nelas, e que se devota ao serviço do Guru para a satisfação e prazer dele apenas. Não considere o Guru como um mero homem. Se o discípulo o considerar como Deus visível, e amá-lo e adorá-lo com todo seu coração, ele fará um rápido progresso no caminho espiritual e atingirá a Meta Desejada. É o Guru qualificado que consegue a união com o Supremo Guru (o Senhor como o Ideal Escolhido) que mora no coração. É apenas através do Guru que a corrente espiritual é transmitida ao discípulo. O que quer que se deseje pode ser conseguido através da graça do Guru. Mas o discípulo deve ter também as qualificações necessárias para o merecer. Pureza de corpo, mente e fala, intenso anelo por Jnâna, Bhakti e Mukti, aversão aos objetos mundanos e perseverança inquebrantável, são requeridas. O Guru também deve ser aquele que é versado com o verdadeiro significado dos Shâstras, sem pecado e estabelecido em Brahman. Deve ser sem desejo pelos gozos mundanos, abnegado e devotado a fazer bem aos outros. Seu amor e compaixão devem ser o mesmo para todos os seres.

155. Um pai e o Guru desejam ser derrotados pelo filho e discípulo respectivamente; ou seja, eles sinceramente desejam "Possa meu filho, meu discípulo, ultrapassar-me em grandeza. Possa ele ser mais eminente e receber mais honra e respeito do que eu". Mas um pai tem expectativas de muitas coisas de seu filho no futuro, enquanto que o Guru não espera nada para si mesmo do discípulo. Sua natureza é a de dar e ele dá sem nenhum pensamento de retorno. Swamiji costumava dizer para nós, "Que eu veja cada um de vocês como maior do que Vivekananda! Eu ficarei muito feliz e satisfeito então, e considerarei que minha vinda valeu a pena".

156. Um cadáver golpeado por uma espada não sente nada. Se o corpo pode se tornar como um cadáver, quero dizer, se a autoidentificação com o corpo for destruída, então por mais severos que possam ser os golpes que caiam sobre alguém na vida, jamais serão sentidos! Somente homens dessa natureza não reagem às circunstâncias, como os mortais comuns, e são livres enquanto vivem no corpo. Para eles a sua casa e o crematório – vida e morte – são o mesmo.

157. Apego a este corpo – autoidentificação com o corpo – é verdadeiramente a raiz de todo o mal. Todos os medos, erros e vícios se originam disto. Não há pecado que um homem evite cometer – roubo, fraude, arruinar as pessoas, e até mesmo matar – para preservar seu corpo e viver. "Mulher e ouro[8]" [sexualidade e cobiça] torna-se a única divindade que ele adora. Como resultado, ele abraça a dor esperando o prazer e até a própria morte na esperança de salvar seu bendito corpo. Teme a morte a cada momento. Mas a alma iluminada, que foi capaz de erguer-se acima do sentido do corpo, está pronta para sacrificar sua vida alegremente mesmo por um humilde animal. Este corpo não é nada para ele – algo totalmente insignificante. Os homens são de duas classes – os homens animais e os homens divinos – aqueles que se identificam com o corpo e aqueles sem o sentido do corpo. O indivíduo na escravidão do corpo é o homem-animal, enquanto que o outro, sem o sentido do corpo, é o homem divino.

158. Os frutos de todas as ações – boas, más ou indiferentes – devem ser dedicadas a Deus. Não é a atitude correta sentir-se orgulhoso de nossas boas ações e trabalhos de mérito religioso (Punya) e manter seus frutos para nós mesmos para nosso próprio gozo, pensando que somos nós que os fizemos, enquanto dedicamos a Ele os frutos de nossas ações más ou pecaminosas, sabendo que elas nos farão sofrer. Fazendo isso nós simplesmente tentamos transferir nossa responsabilidade para Ele, pensando que as más ações são causadas por Sua vontade, que agimos como Ele nos fez agir, e assim escapar da horrenda retribuição! Isto é apenas a prática do autoengano. Deus dá tudo a quem dedica seu tudo a Ele sem reter nada e sem um pensamento em si próprio.

159. Aquele santo nome, ou som, que liberta a mente de Avidyâ (ignorância) é chamado Mantra.

160. Avidyã foi definida da seguinte maneira no sistema filosófico de Patanjali: Avidyã é o sentido de permanência em coisas impermanentes (o mundo comum), o sentido de pureza em coisas impuras (o corpo, etc.), o sentido de prazer na dor, (ou seja, no gozo dos objetos mundanos, que ao final causam dor), o sentido da própria individualidade no externo (identificação da esposa, filhos, etc., com si mesmo, pois do ponto de vista da Realidade última, não são seus). Avidyã não tem início, um ponto de partida ou causa, não pode ser verificada e também não há fim ou término da mesma com referência ao processo fenomenal do universo. Avidyâ existe em forma de semente mesmo no momento de *Pralaya*, ou dissolução de todo o universo ao final de cada *Kalpa* (ciclo), e permanece no estado não manifestado, até que emerge novamente no

8 Expressão usada com frequência por Sri Ramakrishna nas conversas com devotos homens, significando os maiores impedimentos na vida espiritual, a luxúria (ou sexualidade) e a cobiça pelos bens mundanos. (Nota do Tradutor).

momento da criação, melhor dito, projeção. Enquanto o conhecimento da Realidade não é obtido, os homens estão sujeitos ao nascimento e morte repetidas vezes e a passar por vários tipos de sofrimentos, tendo que renascer como homens, animais ou pássaros, etc., de acordo com sua natureza e Karma.

161. Então é em vão tentar atingir Mukti? Certamente que não! Pois Avidyâ tem um fim para indivíduos em particular. Quando, após um sofrimento interminável, surgir o discernimento e a renúncia (Viveka e Vairâgya) e o Jiva refugiar-se em Deus, então Avidyâ é totalmente destruída e o conhecimento vem, pela graça do Senhor. Assim tem declarado o infinitamente misericordioso Senhor no Gita: "Tendo vindo a este mundo passageiro, cheio de dor, adore-Me e refugie-se em Mim apenas. Eu o libertarei de todos os pecados e o conduzirei ao plano da Bem-aventurança através do oceano de existência do mundo, caracterizado por nascimento e morte e tão difícil de cruzar".

162. Existe um ditado Bengali: "Traga a comida até minha boca, é demasiado para mim me mover! Que seus pais e seus atos de mérito sejam abençoados"! Hoje em dia a maior parte das pessoas pertence a esta categoria. Ninguém quer esforçar-se; todos querem atingir seus fins gratuitamente, ou por algum truque engenhoso. Especialmente em relação às coisas espirituais, as pessoas buscam evitar todo esforço e trabalho, que eles não gostam, e ter tudo feito para eles pelos outros. Depois de se sentar com os olhos fechados mais ou menos uma hora por alguns dias ou por alguns meses, eles resmungam e reclamam, "Ah, eu não estou conseguindo nada; eu não consigo concentrar minha mente; eu sinto que não estou fazendo nenhum progresso, etc.". Swamiji costumava dizer, "Por acaso Deus é um vegetal, um maço de espinafres, ou um peixe, que você possa dar algumas moedas e comprá-Lo?" Por que estar tão impaciente por resultados imediatos? Continue esforçando-se e seu esforço dará frutos com o passar do tempo. Os homens do mundo pagam salários se você trabalhar para eles; por acaso Deus não fará isto se você trabalhar para Ele? Fé, constância, amor sincero, paciência e perseverança são necessários. Por acaso uma semente germina e se transforma em uma árvore e dá frutos tão logo é plantada? Deve-se aplicar muito trabalho e atenção e continuar a fazer isto por um longo tempo, antes que se possa colher os frutos na devida estação.

163. Vê-se que muitas pessoas praticam Japa e meditação com grande anelo por algumas semanas após receber a iniciação e conseguem considerável felicidade e benefício disto. Depois disso, seu anelo subitamente desaparece e não se sentem mais inclinados a sentar-se para a meditação. Eles sentem seus corações vazios, por assim dizer, se acham abandonados e sem qualquer suporte para persistir. Contudo, não há nada para temer ou se desesperar sobre isto. Tudo tem seus altos e baixos, união e separação. Na vida do aspirante, de

igual maneira, há esperança e desespero, luz e escuridão. Se isto acontecer para aquele cujo coração anseia apaixonadamente realizar Deus ou ganhar espiritualidade, então seu anelo é mais intensificado; ele não tem descanso, mas chora pela agonia de seu coração, implorando o favor Divino. Então, pela graça do Senhor, ele novamente dedica-se à meditação com entusiasmo redobrado e faz um progresso maior e mais rápido e encontra maior felicidade do que antes.

164. Há outra classe de pessoa cujo "novo amor" ou aparecimento da primeira devoção esfria gradualmente: a mente perde seu vigor e ardor anterior, e as práticas espirituais finalmente tornam-se uma imitação grotesca de sua natureza anterior. Ano após ano as práticas são feitas como uma rotina maçante de cansativas atividades diárias, como uma espécie de trabalho forçado, ou como uma mera observância formal das letras da Lei. Ou as práticas são interrompidas totalmente e desculpas enganosas são inventadas, com o motivo de vários deveres e obrigações mundanas, falta de tempo, incapacidade física e coisas do gênero. Em casos como esse é obvio que estas pessoas receberam a iniciação ou renunciaram ao mundo em um súbito aparecimento de uma exuberância temporária de emoção; ou durante uma momentânea emoção espiritual ou sentimento de Vairâgya ou desapego, causado por algum severo golpe ou perda no mundo; ou pela esperança de alguma finalidade particularmente egoísta. Não pode se esperar deles muita espiritualidade.

165. Muitas pessoas pensam, "Quando o Guru me iniciou, ele tomou sobre si a responsabilidade por todos os meus pecados; não há nada mais para eu fazer ou me preocupar, tudo será alcançado pela graça dele apenas!" Transferir a responsabilidade pelo pecado para outra pessoa, ou colocar a carga do pecado de outra pessoa sobre seus próprios ombros, não é tão fácil quanto geralmente se acredita. Se isto fosse assim, o mundo seria um lugar diferente para se viver, pois todos poderiam se livrar dos pecados sem esforços! Se você desejar entregar sua carga de pecado ao Guru ou a Deus, você terá que entregar a parcela de seu Punya, ou atos meritórios [louváveis, bons], ao mesmo tempo. Mas se você quiser apenas entregar a parcela de suas ações que trarão a você dor e sofrimento, enquanto mantém para você mesmo a parcela de suas boas ações que trarão a você felicidade e prazer nesta vida ou na próxima – nem você poderá entregar e nem Ele [o Senhor] aceitará verdadeiramente o pecado. E de novo, se qualquer pessoa se tornar imaculada, após transferir desta forma sua carga de pecado, ela certamente não executará jamais qualquer atividade pecaminosa. Portanto se pecado ou más tendências ainda permanecerem na mente mesmo após a iniciação e se uma vida nova não é atingida desta forma, é obvio que os pecados se comportam no momento da iniciação exatamente como se supõe que aconteça quando no momento de se banhar no Gangâ [rio Ganges] que lava todo pecado, como Sri Ramakrishna costumava dizer de forma brincalhona: "Os pecados permanecem sentados nos galhos de uma

árvore próxima nas margens do Gangâ na hora do banho, mas tão logo o banhista sai do rio eles caem novamente sobre seus ombros".

166. Seriamente falando, apenas pense, se você tiver apenas um grão de fé, amor ou devoção por seu Guru, poderia seu coração suportar a ideia de fazê-lo sofrer dores ou tomentos ao colocar sobre seus ombros todos seus males e pecados? Por acaso ele é como um caminhão de lixo? Apenas aqueles que não têm aquele sentimento de amor e que são intensamente egoístas e apegados ao mundo podem tornar-se tão desprezíveis. Eles na verdade não podem nem mesmo ser contados como discípulos. Mas aqueles que têm firme fé e amor pelo Guru não podem cometer pecado novamente, pois o Guru pode ter que sofrer por isto. Sim, é destes discípulos que ele carrega a carga de pecado. Na verdade, Deus na forma do Guru carrega a carga sobre si mesmo e absolve o discípulo do pecado.

167. Apesar disto é verdade que alguns dos pecados dos discípulos atingem o Guru. Pois se vê frequentemente que se é dado Mantra-Dikshâ (iniciação) frequentemente sem escolher ou verificar a natureza moral e capacidade dos discípulos, alguma doença mortal se apodera do físico do puro e imaculado Guru e encurta sua vida. Mas impelido pelo desejo de fazer o bem aos outros e conduzi-los para Deus, o abnegado, eminente Guru de misericórdia ilimitada, a despeito de total conhecimento deste fato, não pensa em seu próprio corpo e entrega sua vida pouco a pouco pelo bem-estar dos discípulos. As Encarnações de Deus tomam sobre Si próprios a carga dos pecados dos outros e por isso eles também têm que sofrer de várias doenças por causa disto. Sri Ramakrishna costumava dizer, "Esta doença (câncer na garganta) que aflige meu corpo é devido a ter tomado sobre mim os pecados de Girish." – (Seu grande discípulo dramaturgo).

168. O que falar do corpo, que é insignificante, o digno Guru entrega ao discípulo sem qualquer restrição todo o seu inestimável tesouro espiritual, acumulado através de disciplinas espirituais e austeridades por toda a vida. Se o discípulo for puro em espírito e um ardente devoto de Deus, somente então poderá sentir e realizar totalmente em seu coração a força da corrente espiritual transmitida pelo Guru. Quanto mais um discípulo avança com firme fé e convicção pelo caminho da prática espiritual indicada pelo Guru, mais pura sua mente se tornará e maior será sua compreensão da grandeza do poder do Guru como também de sua graça. A Realização é atingida por uma combinação da graça do Guru e dos incansáveis esforços do discípulo.

169. Nunca esqueça que a meta e finalidade da vida humana é a Realização de Deus. Se você desperdiçar sua vida comendo, dormindo e no prazer sensório, como um animal e com conversas inúteis, fofocas e atividades

sem propósito, sua vida passará em vão e você apenas irá colher o sofrimento. Devote-se com toda sua energia, com todo seu coração e alma, a realizar a Deus, enquanto você tiver força e vigor em seu corpo e mente. Nunca, por qualquer razão, enfraqueça seus esforços. "Estas práticas podem ser feitas mais tarde, estas só serão possíveis quando Deus assim quiser, ou for propício" - estas são as palavras de preguiçosos que não fazem nada, aqueles que nunca sinceramente querem fazer algo. Nada de bom jamais será conseguido por eles.

170. A melhor época da vida é dos dezesseis aos trinta anos de idade, quando o corpo retém total capacidade para o trabalho, e quando as qualidades que são úteis para atingir o fim desejado, tais como o entusiasmo, iniciativa, coragem, autoconfiança, força de vontade e firmeza de resolução, por si só estão presentes na mente. Você se engana com a ideia de que devotará sua mente às Sâdhanâs [práticas] espirituais na velhice após ter desperdiçado este inestimável período da vida? Vã esperança! Isto é apenas autoengano. Mesmo se a mente ou o espírito quiserem, você descobrirá que o corpo ou a carne falhará, incapaz de suportar o esforço. Ele será então uma constante presa de todos os tipos de doenças crônicas, será distraído com doença e dor, se sentirá exausto e prostrado por um pequeno esforço e ficará indolente e apático. Desamparado, com as grandes esperanças e ambições frustradas, completamente dependente de outros para os menores favores e serviços, a vida será insuportável. Mesmo quando o corpo for relativamente forte, ainda assim todos os Samskâras ou tendências resultantes de sua vida passada e suas preocupações e hábitos há muito adquiridos, como também seu excessivo apego à esposa, filhos e netos, etc., o prenderão tão firmemente que nem a mente se dirigirá facilmente ao pensamento de Deus, nem fará um sincero esforço para devotar-se às práticas espirituais para realizá-Lo, nem você será capaz, por mais que possa tentar, de desviar a mente de sua rota mundana. Além de tudo isso, a vida é incerta e pode terminar hoje ou amanhã. Quem pode afirmar que viverá até a velhice e então ter tempo livre suficiente? O que você tiver que fazer, faça agora; pois se deixar para "amanhã", este amanhã poderá nunca chegar.

171. É essencial para um Sâdhaka praticar as seguintes virtudes e regras: (1) Firme crença em Deus e confiança n'Ele. (2) Praticar Brahmacharya, ou restrição dos sentidos, que significa a renúncia da luxúria. Ponderando sobre a natureza má e insubstancial dos objetos sensórios, você deve abandonar seu apego e sua sede por eles, e libertar-se de toda paixão. O completo desenvolvimento do corpo, mente e inteligência é impossível sem o controle do instinto sexual. Se isto é observado sem falha por doze anos, um nervo sutil chamado Medhâ, o nervo da faculdade da memória e da intuição, é desenvolvido, que caracteriza um sábio ou uma personalidade magnética. Disto surge a capacidade de compreender e reter verdades sutis. Então se chega a desfrutar de perfeita saúde, o corpo e a face brilham com uma luz divina e um

vigor irreprimível vem à mente. O poder de trabalhar e a capacidade intelectual aumentarão muito. (3) Moderação e regularidade na comida e na recreação. A comida deve ser não excitante, nutritiva e facilmente digerível. A gula deve ser evitada. O propósito de comer não é agradar o paladar, mas manter o corpo saudável e preparado para o trabalho. Respirar ar puro e exercícios leves são benéficos. Nenhum trabalho de nenhuma espécie – sem falar de qualquer grande trabalho – pode ser feito por pessoas doentes, inválidas, fracas, sonolentas, indolentes ou inertes. (4) Más companhias, discursos ou palestras más, criticar os outros em sua ausência e desperdiçar o tempo em atividades sem significado e inúteis devem ser abandonados. Buscar companhia santa, estudar as escrituras, pensar bons pensamentos e discernir entre o real e o irreal. (5) Sempre manter sua atenção na meta e ideal da vida, e empregar seu corpo, mente e alma para realizá-lo. Continue com suas práticas espirituais com infinita paciência e perseverança. Nunca permita que o desespero e a debilidade ataquem sua mente. Se você adorar a Deus com todo seu coração e alma, sabendo que Ele é o único Bem-amado e seu Tudo em tudo, sem se importar em nada para sua felicidade pessoal, conforto e nem para os frutos de seu Karma, você desfrutará de suprema paz e bem-aventurança.

172. A vida inteira de um aspirante pela Verdade é de constante esforço espiritual – e não apenas de fazer Japa e meditação por uma hora ou duas na hora indicada e permanecer absorvido em sórdidas buscas mundanas o resto do dia e da noite. Isto jamais fortalece a vida espiritual. Somente quando a espiritualidade brota em todos os pensamentos, ações e circunstâncias da vida, quando está na essência do ser, por assim dizer, somente então se pode ser chamado de verdadeiramente espiritual. Trabalhe com suas mãos, converse com diferentes pessoas sobre o trabalho e negócios com sua boca, mas mantenha a mente fixa em Deus, e saiba que apenas isto – este viver em Deus – é a única coisa pela qual se vem a este mundo, a única coisa que faz a vida digna de ser vivida. Humildade, abnegação, desapego e o conhecimento de que Deus é a única Realidade ou Verdade são os meios de permanecer neste estado. É difícil, sem dúvida, mas ele vem por longa e repetida prática. Sri Ramakrishna costumava ilustrar isto com sua parábola da mulher do vilarejo esmagando arroz e ao mesmo tempo dando leite de peito ao seu filho, calculando velhas dívidas e barganhando preços com os clientes, apesar de que durante todo o tempo sua mente estava realmente no pilão, senão ele poderia cair sobre sua mão e esmagá-la.

173. Nos estágios iniciais Japa e meditação devem ser praticadas de acordo com uma rotina. A mente tem por natureza aversão ao trabalho e esforço, e frequentemente busca desculpas para evitar e esquivar-se delas. Ela correrá em outras direções em vez de fazer a tarefa na qual você a colocou. Se você não a manter ocupada em alguma tarefa ela te levará para todo tipo de

coisas inúteis e prejudiciais. Por isso foi dito corretamente, uma mente vazia é o armazém do diabo. Para trazê-la sob controle ela deve ser contida a força por um conjunto de regras rígidas. Após uma correta ponderação, defina uma rotina diária que seja praticável para você observar. E decida firmemente que, qualquer que seja a situação na qual você se encontre ou qualquer outro trabalho que possa aparecer, você jamais falhará em seguir a rotina que você definiu. Tal firmeza e determinação são essenciais ao progresso espiritual. Refeições, recreação, estudo, exercício, sono, trabalho, meditação e práticas espirituais e até mesmo brincadeiras e diversão, esportes e jogos – na verdade, todos os tipos de atividades saudáveis – deveriam ter seu horário fixo. Se você passar seus dias de uma maneira volúvel, a vida será desperdiçada. Após definir uma rotina você deveria advertir a mente severamente, dizendo a ela, "Olhe aqui, senhora, quer você queira ou não, você terá que observar estas regras!" Por algum tempo a mente se mostrará obstinada e intratável, resistirá a todas suas tentativas de induzi-la ao trabalho e correrá para diferentes direções. Você não deve, no entanto, jamais abandonar o esforço de trazê-la de volta a força e colocá-la no trabalho, persuadindo-a suavemente ao mesmo tempo. Além disso, fique atento para ver se o trabalho está sendo feito corretamente. Domar a mente é como domar um animal selvagem. Requer infinita paciência, perseverança e força de vontade. Quando a mente ao final descobre que não há modo de escapar, ela cessará de brincar como um macaco e sendo obediente cumprirá seu comando. Isto é chamado de Abhyâsa-yoga, o caminho da repetida prática. Saiba que não há outro modo de controlar a mente.

174. Se você puder seguir esta Yoga de prática continuamente por três ou quatro anos, mesmo como tomar um remédio amargo, por mais difícil, seco, insípido ou desagradável que possa parecer, você então descobrirá quão doce e saudável, como néctar, e como cheia da mais pura bem-aventurança, é esta prática da meditação e da disciplina espiritual! Que terrível trabalho os estudantes têm que passar, ficando acordados até a meia-noite, impensadamente sacrificando o corpo e arruinando a saúde, para passar por este ou aquele exame para entrar em uma universidade! E sobre tudo isto existe constante medo, ansiedade e preocupação. É como passar por uma crise – como se a vida e morte dependesse de passar pelo exame com sucesso! E para que fim é tudo isto? Não é com a expectativa de conseguir um bom emprego, ganhar dinheiro e conseguir nome, fama, etc., com vista a viver com conforto e felicidade? O esforço para a realização de Deus é certamente mais fácil do que isto, ao menos no sentido de que não é necessário estar repleto com tal medo e ansiedade sobre o resultado final, pois este está plenamente assegurado. Se alguém se aplica assídua e tenazmente para a realização de Deus renunciando a todos os outros trabalhos e fazendo o inexorável voto, "Seja realizar a meta ou destruir o corpo", então o Senhor, sem a menor sombra de dúvida, se revelará e outorgará tais tesouros inestimáveis ao devoto que todas as riquezas, fortuna

e prazeres do mundo serão insignificantes se comparados. Tendo cruzado a morte, se tornará herdeiro da Imortalidade.

175. Mahârâj (Swâmi Brahmânanda) costumava dizer: "Quando um discípulo meu vem até mim pouco depois da iniciação e diz, 'Por que, Senhor, eu tenho praticado Japa e meditação todos estes dias, mas não estou atingindo nada. Não posso controlar minha mente e não estou conseguindo nem paz nem felicidade,' eu não dou nenhuma resposta neste momento, como se suas palavras não tivessem atingido meus ouvidos. Dois ou três anos depois disso ele mesmo diz, 'Parece agora que estou fazendo algum progresso depois de tanto tempo. Estou tendo alguma felicidade e paz.'" Portanto eu digo a vocês: Continuem a praticar firmemente as disciplinas espirituais e orações com todo seu coração continuamente por dois ou três anos, então vocês experimentarão a felicidade. Vocês querem ser homens de Realização pelo mero pedir, por algum truque, sem fazer nada vocês mesmos! Não é isto uma total loucura?

176. Mesmo Sri Sâradâ Devi (a Santa Mãe) costumava ser importunada pelas atitudes impensadas de seus filhos (discípulos). Ela costumava dizer, "Como eram bons os vários devotos no tempo de Sri Ramakrishna! Aqueles que vêm hoje apenas dizem, 'Mãe, mostre-nos o Senhor!' 'Mostre o Mestre para nós!'. 'Porque não temos Sua visão?' 'Tu podes certamente fazer isto por nós, se quiser!' Quantos de nossos veneráveis Yogis e Rishis de outrora falharam em encontrá-Lo mesmo após praticarem severas austeridades era após era! E ainda assim estes esperam atingir tudo num piscar de olhos! Eles não praticam disciplina espiritual, nem praticam austeridades ou autocontrole e ainda assim dizem, 'Mostre-se a nós agora!' Quem sabe quais as más ações que eles cometeram em tantas vidas passadas! Como podem esperar por coisas sublimes antes que estas tenham sido gradualmente esgotadas? Se a Realização não for conseguida nesta vida, ela poderá vir na próxima, ou mesmo vir na vida após a próxima. Mas a Realização virá se você continuar a trabalhar por ela. É a Realização de Deus tão fácil? Apenas que, desta vez, com o advento de Thâkur (Sri Ramakrishna) e o caminho mostrado por ele, é mais fácil, isto é tudo. Eles estão vivendo uma vida mundana e gerando filhos todos os anos, e ainda assim eles vêm e dizem, 'Porque não tenho a visão do Divino Mestre'? As mulheres costumavam ir a Thâkur e dizer, 'Porque a mente não se volta para Deus? Porque ela não fica firme?' e assim por diante. O Mestre costumava responder a elas: 'Ah! Como pode acontecer agora? Ainda existe o cheiro do parto [do nascimento de seu filho] em você. Que primeiro ele desapareça. Isto virá com o passar do tempo. É o suficiente para esta vida que você tenha vindo a mim. Na próxima vida o caminho espiritual será fácil de atingir para você.' Uma visão d'Ele em sonhos pode ocorrer, talvez. Mas vê-Lo realmente com estes olhos ou mostrando-Se a um devoto assumindo um corpo – a quantos isto acontece? Este é um raro e bom destino, de verdade."

177. Sri Ramakrishna costumava dizer, "Eu fiz dezesseis annas[9]; é o suficiente para você fazer apenas um anna." Está, na verdade, além dos poderes de um mortal fazer uma centésima parte dos rigores das austeridades sobre-humanas para a realização de Deus que Sri Ramakrishna realizou. Contudo é necessário fazer no mínimo aquele um anna como pedido por ele. Mas é apenas quando se tenta fazer a total medida [o todo] das dezesseis partes que se pode possivelmente ter sucesso em fazer uma parte apenas. Se você der um passo na direção de Deus, Ele se aproximará dez passos em sua direção. O resto Ele faz o devoto cumprir com Sua ajuda. Esta é Sua graça, Sua misericórdia.

178. Que Ahimsâ (não ferir [não causar o mal]) é a virtude suprema é, sem dúvida, verdade. Mas apenas professando-a pela palavra da boca é pior do que ser inútil; meramente evitar matar animais, por exemplo, não comer carne ou peixe, não é Ahimsâ. O verdadeiro não ferir pode apenas ser praticado quando Deus for visto em todos os seres, ou seja, quando o Ser for realizado. A própria natureza da vida envolve a cada momento, seja consciente ou inconscientemente, a destruição ou danos às vidas de incontáveis seres, visíveis e invisíveis. Os Yogis praticam austeridades vivendo de leite, pois é um alimento puramente Sâttvico[10]. Mas para obter aquele leite, o bezerro, que tem por seu direito de nascimento todo o leite de sua mãe, foi privado de uma parte de sua comida natural. Não é isto um ato de ferir ou crueldade? Mas quanto mais se puder viver sem conscientemente causar danos ou ferir aos outros, melhor. Contudo, pela habitual prática da real qualidade de não ferir, se desenvolve amor por todos os seres, o pequeno ego ou egoísmo desaparece e nenhuma distinção é sentida entre amigo e inimigo. Consequentemente o coração é purificado e no coração puro, Deus é refletido.

179. Sri Ramakrishna disse, "Você deve meditar em um canto, ou na floresta ou na mente." Isto ajuda a mente a ser facilmente concentrada. "Em um canto" significa em um lugar privado, isolado. As práticas espirituais devem ser feitas em privado. Pois se elas são feitas publicamente ou com o conhecimento de muitas pessoas, vários obstáculos surgem. Seus sentimentos mais íntimos ou modos de prática espiritual devem ser mantidos escondidos; demonstrar as expressões externas irá destruí-las antes que possam se enraizar. Quanto mais você manter dentro de si mesmo seus sentimentos espirituais e devoção, mais eles crescerão e aumentarão de intensidade. Por esta razão o Sâdhaka[11] Sáttvico pratica Japa e meditação sozinho no escuro, ou ao final da noite, ou na cama dentro de seu mosquiteiro, para que ninguém possa saber sobre isto.

9 Uma Rúpia, ou seja, [o todo] uma total medida de Sâdhanâ [o máximo].
10 Da qualidade de Sattva, da pureza, equilíbrio. (Nota do Tradutor).

11 Praticante espiritual (Nota do Tradutor)

180. "Na floresta", significa em um lugar solitário longe do ruído dos homens e das cidades, como por exemplo, nos Himalayas ou nas margens de rios sagrados como o Gangâ, ou em uma atmosfera pura e saudável em meio às belezas da natureza. Os Yogis escolhem lugares como esses como favoráveis às práticas espirituais, onde não existe a mínima oportunidade para tentações como "mulher e ouro". Mas se uma pessoa continuar a pensar sobre assuntos mundanos, mesmo após se retirar para a floresta, então este lugar não permanece "uma floresta" mais, é como se você tivesse levado o mundo com você. Mas se a mente puder ser aquietada e dirigida a um só pensamento, nada externo poderá perturbar seu equilíbrio. Daí então este "mercado barulhento" do mundo se tornará uma floresta para os Yogis, como eles sentem a quietude da floresta mesmo no meio do um mercado barulhento.

181. Meditação "na mente" é o essencial. Onde quer que você medite, instale o Ideal escolhido no mais íntimo recesso de seu coração e restringindo os sentidos, utilize toda sua força para concentrar sua mente inteira, ou consciência do ego sobre Ele. Esta prática ininterrupta desenvolve um tremendo poder da Alma internamente, pelo qual a verdadeira natureza de Deus pode ser realizada. Quanto mais a mente está dispersa em direções diferentes, mais ela perde seu poder potencial e torna-se fraca e impotente, até que nenhum grande trabalho pode ser feito por ela.

182. Medite no escuro com os olhos fechados. Mantenha as janelas abertas para que o quarto não fique abafado. Mantenha suas roupas folgadas. O Mestre instruiu alguns de seus discípulos Sannyâsins a meditar sentados nus, para desenvolver o sentimento de uma criança e o sentido de liberdade da escravidão.

183. Na hora da meditação pode-se conceber o coração como o lugar do Ideal escolhido, em qualquer das várias formas como lhe agradar, por exemplo, como o *assento* do coração, o *lótus* do coração, a *gruta* do coração, o *templo* do coração, o *céu* ou *éter* do coração, o *vazio* do coração, a *urna* ou *estojo* do coração, o *centro* do coração, a *casa* do coração, a *cabana* do coração, o *arbusto* do coração, o *trono* do coração – em tantas formas que sejam possíveis para a imaginação poética do aspirante. O coração significa o mais íntimo centro da consciência onde, na linguagem comum, o intenso sentimento de doçura do amante anela abraçar o bem-amado de forma apaixonada. Aquele que não consegue meditar mantendo o Ideal dentro do coração pode, em um estágio preliminar, meditar com uma foto ou imagem em frente de si próprio, mas isto é externo.

184. As mais favoráveis horas para a meditação são: (1) a junção do dia e da noite, ou seja, de madrugada ou ao crepúsculo; (2) no "momento de

Brahman” como é chamado, a parte mais tarde da noite, uma hora antes de amanhecer; (3) no final da noite[12]. Durante essas horas a Natureza está tranquila, pacífica e solene. E durante essas horas o nervo Sushumnâ, que está no interior da coluna espinhal geralmente torna-se ativo e como consequência a respiração é feita por ambas as narinas. Em outras horas um ou outro dos dois nervos, Idâ ou Pingalâ, que correm por ambos os lados do Sushumnâ, está ativo e a respiração é feita pela narina direita ou esquerda. Isto torna a mente instável. Muitos Yogis, por esta razão, observam quando o Sushumnâ se torna ativo e tão logo verificam isto eles se sentam para a meditação, deixando de lado toda outra ação.

185. Existem momentos em que o aspirante sente que a mente está inerte e monótona, e que nenhum sentimento ou ideia a anima; não há inclinação para fazer Japa ou meditação; ou a mente mergulha de cabeça nos maus pensamentos e tendências, e não parece possível detê-la com qualquer esforço. Se ela continua desta maneira, então o único remédio é companhia santa. Entrando em contato com pessoas santas, por sua visão e toque, e por serviço pessoal a eles, seu espírito e divino estado são transmitidos ao coração do devoto, trazendo anelo espiritual e inspiração, as impurezas da mente são lavadas e se avança com novo entusiasmo. Se não há oportunidade para companhia santa, deve-se recorrer ao estudo das sagradas escrituras, discussão sobre bons assuntos e orar a Deus com um coração cheio de anelo. Uma resolução firme deve ser feita de se repetir o Nome de Deus ou o Mantra, goste ou não disto, e exercer a força de vontade. Se descobrirá então que o mal desapareceu e que a sombria noite de Tamas terminou.

186. Mantenha a mente sempre engajada em algum trabalho ou outro; nunca permita que ela permaneça desocupada; pois tão logo você a deixe sem uma ocupação, imediatamente descobrirá que fará más ações e o atormentará. Sempre que perceba que a mente está indevidamente inquieta e com maus pensamentos ou descubra que você é incapaz de resistir a alguma tentação ou de terminar com a excitação mental a despeito de esforços, então deixe este local e se afaste do ambiente adverso que pode ao final degradá-lo. Ao sair do local e andar energicamente por cinco ou seis quilômetros ao ar livre no campo, a tendência inferior será controlada pelo menos nestes momentos. Só existem dois modos de se salvar das tentações – lutar ou fugir. Mas, que pena! Não há modo de fugir e ficar afastado da mente; ou ela deve ser controlada ou iremos para cima ou para baixo aos seus comandos.

---

12 No período de maior escuridão. (Nota do Tradutor).

187. Como a fricção traz o fogo que está na madeira, batendo o leite, a manteiga que está nele, esmagando o gergelim, o óleo que está nele, cavando o solo, a água que está no subsolo – da mesma forma, o Supremo Ser que jaz escondido na câmara do coração se manifesta em Sua verdadeira natureza ao Jiva como sua essência, através de austeridades e concentração mental executadas com uma devoção exclusiva.

188. No primeiro estágio da prática espiritual, a meditação e o Japa deveriam ser aumentados vagarosa e gradualmente. Se você devotar, por exemplo, meia hora ou quarenta e cinco minutos hoje, pratique uma hora após alguns dias ou semanas; em seguida vá aumentando regularmente para uma hora e meia, duas, e assim vagarosamente de acordo com sua capacidade. Se, devido a um excesso de desejo ou excitação febril da mente para ganhar resultados rápidos, você subitamente prosseguir com força precipitada e esforçar-se para fazer mais do que você é física e mentalmente capaz, você terá que sofrer posteriormente as terríveis consequências de sua ação impensada. A reação é tão terrível que é extremamente difícil suportá-la. Como uma consequência, debilidade ou exaustão nervosa acontece tão severamente que mesmo a capacidade e a vontade de praticar Japa e meditação desaparecem e a cabeça ou o cérebro sentem-se vazios, por assim dizer, e não respondem. Então será necessário muito tempo e cuidado e ocasionam muitas dificuldades para recuperar o estado inicial. Pode até causar insanidade. Não é possível atingir ao teto de um salto; isto pode causar uma queda e quebrar alguns ossos. Para subir ao teto, é preciso subir os degraus de uma escada um de cada vez.

189. Aqueles que praticam Japa e meditação intensamente, ou Yoga, desenvolvem um novo corpo Sáttvico e um sistema nervoso mais sutil e centros nervosos sutis que são capazes de suportar a força de profundas ideias e emoções suprassensoriais.

190. Receber provisões completas ou fazer uma refeição completa em um Satra ou casa de alimentação para mendicantes está proibido para Sannyâsins. Os chefes de família que acumulam riqueza, geralmente com o comércio, doam grandes somas de dinheiro para estes Satras durante as cerimônias de Shrâddha, com a finalidade de conseguir o bem-estar de seus ancestrais no além, ou pelo propósito de conseguir perdão para seus próprios pecados, ou para acumular Punya, ou mérito religioso; ou com o desejo de ganhar vários objetos mundanos. Por isso a comida dos Satras é espiritualmente poluída e torna a mente impura e a degrada. Mâdhukari-Bhikshâ, ou seja, mendigar porções de comida cozida de várias casas, como uma abelha coleta néctar de diferentes flores, é o melhor para os Sannyâsins; a comida obtida mendigando desta forma é pura.

191. A menos que os Sannyâsins continuem a fazer os exercícios espirituais corretamente, não têm o direito de aceitar dádivas ou presentes de pessoas que vivem no mundo. Isto seria a prática da fraude sobre estas pessoas e afastaria os Sannyâsins de suas vidas de votos sagrados. Os chefes de família servem os Sannyâsins com o objetivo de que estes [os Sannyâsins] possam passar todo seu tempo em práticas espirituais sem ter nenhuma preocupação sobre comida, roupas, e outras necessidades básicas da vida. Por causa desta ação meritória, de forma natural compartilham de uma parcela dos frutos das práticas espirituais e méritos dos Sannyâsins. Por esta razão os Sannyâsins deveriam ganhar suficiente mérito para ter o suficiente para si mesmos, mesmo depois de repartir a parcela devida aos seus benfeitores e doadores. De outra forma, se eles caírem do caminho espiritual, sofrerão uma grande perda moral e espiritualmente. Não há fim ao sofrimento daqueles que perdem tudo, aqui ou no além. De forma crônica precisam sempre de algo. Por esta razão, os Sannyâsins com o espírito da verdadeira renúncia, como também os Brâhmins piedosos e ortodoxos, nunca aceitam presentes, assim como o pai de Sri Ramakrishna nunca os aceitava. Além disso, a aceitação de presentes implica em um sentido de obrigação e tira a liberdade [de quem recebe].

192. Uma pessoa torna-se um Brahmachâri ou um Sannyâsin com o propósito único de realizar a Deus nesta mesma vida após abandonar seu dever e responsabilidade por pais e família. Isto faz com que eles [seus pais e família] sejam participantes de uma parte dos méritos de suas práticas espirituais. Portanto se diz, "Santos são seus ancestrais e abençoada é a mãe" de um homem de verdadeira renúncia. E isto paga a dívida do filho para com seus pais. Mas se um Sannyâsin, que fez com que seus pais chorassem ao deixá-los, cai do ideal e passa seus dias de forma inerte ou em vãs atividades e comportamentos malvados, então todos seus atos meritórios são apagados e lavados por suas lágrimas. A única reparação por uma queda assim é retornar a vida de família e cumprir os deveres desta vida.

193. Apenas a realização de Deus torna inesgotável seu reservatório de espiritualidade, assim com o pote de leite do menino Gopal. O leite nunca termina ou diminui no pote. Você conhece esta estória, não conhece? O filho pequeno de uma pobre viúva Brahmin, Gopal, tinha que ir à escola do vilarejo sozinho todos os dias passando através de uma floresta. Isto o deixava muito nervoso. Quando disse isso a sua mãe, ela disse: "Meu filho, porque você tem medo? Seu Madhusudan Dâdâ (irmão mais velho, Krishna) vive na floresta. Ele virá assim que você o chame". O menino, simples como era, acreditou prontamente nisto e sempre que tinha medo costumava chamar, "Onde você está, Madhusudan Dâdâ"? Imediatamente um menino pequeno de aparência encantadora saía da floresta dizendo, "Aqui estou, meu irmão. Não existe nada para temer." e acompanhava Gopal através da floresta conversando e brincando

com ele. Alguns dias se passaram deste modo e o menino estava muito feliz. Chegou a época da cerimônia de Shrâddha para o bem-estar da mãe falecida do professor da escola e os estudantes foram instruídos a trazer várias coisas como presentes para ele nessa ocasião. Portanto todos os estudantes que tinham condições levaram vários tipos de presentes em quantidades generosas para seu professor. Mas a mãe de Gopal não tinha nada para mandar. Madhusudan Dâdâ, notando que Gopal estava indo à escola nesse dia com uma feição triste, perguntou a ele a razão, e o consolando, deu-lhe um pequeno pote de leite dizendo, "Leve isto ao seu professor." Assim que Gopal deu isto ao professor, o mesmo se enfureceu e o repreendeu severamente por ser algo insignificante. Mas todos ficaram espantados e maravilhados ao descobrir que assim que o pote se esvaziava, ficava cheio de novo. Então, o professor, tendo escutado a estória de Gopal, foi com ele à floresta e pediu que chamasse seu Madhusudan Dâdâ para que pudesse vê-lo. Assim que Gopal o chamou, uma voz do céu foi ouvida. "Você Me vê devido a sua fé simples, mas seu professor não está qualificado para ver-Me, pois sua mente ainda não é pura".

194. Apenas aquele que chama por Deus do fundo de seu coração com fé simples e não quer nada além Dele, O encontrará. E encontrando-O, não restará mais nada para querer ou buscar. Aquele que invoca a Deus para ganhar felicidade aqui ou no além, ou que mendiga à Ele por coisas mundanas, pode consegui-las se Ele assim desejar, mas não encontrará a Deus.

195. A razão pela qual Brahmachârins e Sannyâsins caem de seu Ideal é "Mulher e Ouro". Tal é a espantosa ilusão causada pela luxúria e riqueza que provoca a queda de até mesmo grandes Yogis e Jnânis. Assim como mudas de plantas são cercadas para sua proteção, também as escrituras contêm regras rigorosas para resguardar Sannyâsins e Brahmachârins. Tulsidas disse, "Onde está a luxúria, Rama não está." Kabir disse que o Yogi que tem intercurso sexual com mulheres é um enganador e hipócrita. Sri Ramakrishna costumava proibir seus jovens discípulos de se associarem com mulheres – mesmo com mulheres devotas. Ele costumava dizer, "Não se associe com uma mulher devota, mesmo se ela chorar ao ouvir o nome do Senhor. A mente *dela* pode ser pura, mas pensamentos impuros podem surgir em *sua* mente". E se descobriu realmente que alguns destes jovens promissores que mais tarde em suas vidas falharam em observar o conselho do Mestre, escorregaram e caíram, mesmo após atingir estados espirituais elevados.

196. As observações da Santa Mãe sobre este assunto são ainda mais rígidas e surpreendentes. Ela disse a uma jovem viúva discípula iniciada por ela, "Minha filha, nunca confie no sexo oposto, o que falar de outros, não confie nem mesmo em seu pai ou irmão, nem em Deus Mesmo se Ele aparecer a você assumindo a forma de um homem!" A ideia é de que enquanto houver o

sentimento de autoidentificação com o corpo, também existe luxúria e consequentemente o perigo de cair. Enquanto a mente for imatura, existirá sempre a chance de ser vencido pela tentação. Portanto é necessário manter-se afastado disto com total esforço, de outra forma o perigo é inevitável.

197. Para o aspirante não existe um inimigo tão terrível e tão difícil de conquistar como a luxúria. Não há escapatória de suas garras sem um esforço interminável até a morte. É como o ditado de Râvana: "Que inimigo é este Rama! Não morre mesmo após ser morto repetidas vezes!" Nossos Puranas contêm tantas estórias sobre grandes Yogis e Rishis que, depois de praticarem severas austeridades por centenas de anos, escorregaram da Brahmacharya, sucumbindo à paixão pelas mulheres. Portanto as escrituras instruem que Sannyâsins e Brahmachârins não devem ser íntimos de mulheres; não devem nem mesmo olhar para suas faces, ou conversar com elas de um modo irrestrito ou brincar com elas em segredo. São aconselhados a nem mesmo olhar para figuras e fotos de mulheres, pois isto pode incitar os maus impulsos em uma mente imatura e criar tendências más que agem de um modo sutil. Estas rígidas normas não são para a pessoa comum, mas apenas para Sannyâsins e Brahmachârins que, tendo renunciado a tudo, buscam realizar a Deus nesta mesma vida pela prática de Yoga e severas austeridades. Eles pertencem a uma categoria diferente.

198. Por esta razão, um aspirante religioso deve descartar como veneno a companhia livre e promíscua com o sexo oposto. Todas as organizações e instituições religiosas, antigas ou modernas, onde esta regra foi violada, sofreram contaminação e degradação. Exemplos disso são encontrados nas seitas Buddhistas, Tântricas e Vaishnavas na Índia, nas ordens Católicas Romanas no Ocidente nas eras medievais. Quando um convento para Bhikshunis (monjas) foi fundado no tempo de Buddha, ele declarou: "A semente da destruição do Buddhismo foi plantada!" O Grande Mestre do Divino Amor, Sri Chaitanya, apesar de sua misericórdia ilimitada, abandonou seu bem-amado discípulo monástico, o jovem Haridas, pela simples razão de que ele tinha aceitado esmolas das mãos de uma das mais eminentes senhoras devotas de Seu Mestre. Que lição severa para a instrução da humanidade!

199. O modo de afastar a luxúria da mente é, para os homens considerar todas as mulheres como suas mães e para as mulheres considerar todos os homens como seus filhos. A menos que esta atitude mental seja cultivada, existe chance de uma queda. E a menos que a luxúria seja controlada e a rígida Brahmacharya seja observada, a mente jamais se tornará quieta, a meditação e a concentração perfeita não serão atingidas, e Râgânuga Bhakti, ou Supremo Amor por Deus, como distinto da devoção formal, não será conseguido.

200. A mente imatura é uma grande enganadora. É muito difícil compreender quando e como, em um momento despercebido, ela pode inconscientemente levar o aspirante para fora do caminho [espiritual] e prendê-lo nas teias de Mâyâ. A natureza da mente imatura é buscar os prazeres do corpo e dos sentidos; ser enfeitiçada por Mâyâ ou apego à esposa, filhos e família, pensando que eles lhe pertencem e considerar riqueza, descendentes, fama, posição e poder os únicos objetos desejáveis da vida. Não desperta nem mesmo após sofrer repetidamente na busca pelo prazer recebendo golpes a cada passo. O homem com uma mente imatura, mesmo após todos os dias ver pessoas morrendo em todos os lados, não percebe que ele mesmo terá que partir a qualquer momento, deixando tudo para trás. Ele quer se assegurar de seus fins engenhosamente, ou melhor, por quaisquer meios; não importa nem um pouco se suas ações causarem perda ou sofrimento a outros. Sua própria felicidade é tudo que lhe importa. Todo seu interesse está centrado neste mundo.

201. A mente imatura é como minério não fundido de uma mina, cheio de escória e impurezas de todo tipo. Se o material bruto é lavado e fundido de acordo com processos químicos, pode ser convertido em ouro puro ou em outras coisas muito mais valiosas ainda que o ouro e estas coisas ajudarão e servirão ao homem de muitas maneiras. Similarmente, a mente imatura pode purificar-se, se é lavada com a água de Viveka, ou seja, o discernimento entre o Real e o irreal; se seu desejo por objetos mundanos é queimado pelo fogo da renúncia e do amor por Deus; e se é purificado pelas práticas de disciplina espiritual como ensinado pelo Guru para alcançar a Suprema Verdade. Então a mente imatura torna-se madura. O Sempre-Puro Senhor Supremo, que é da natureza da Existência, Consciência e Bem-aventurança, manifesta-se nesta mente pura e madura.

202. A mente é como uma fruta. Uma fruta imatura tem gosto amargo, adstringente ou insípido, e causa todo tipo de mal-estar se é comida; mas quando é madura, quão benéfica e doce ela é! Então ela pode ser oferecida até mesmo a Deus na adoração. Assim também acontece com a mente.

203. A mente imatura pode ser Sáttvica, Rajásica e Tamásica. Aqueles que têm a mente Sáttvica são pessoas religiosas por natureza. Têm um desejo agudo por realizar a Deus, por caminhar pelo caminho da retidão e por fazer o bem para os outros. Eles lutam também para adquirir estas qualidades, mas devido a várias razões, tais como infortúnios, incapacidade física ou por pensarem de si mesmos como fracos e incompetentes, não avançam muito no caminho e facilmente se desencorajam. Aqueles que têm a mente Rajásica estão tão envolvidos com o mundo e com as buscas mundanas que não se importam muito com a religião; ou eles fingem ser religiosos ou no máximo, tentam obter o melhor de ambos os mundos [religioso e secular]. Aqueles que têm Tamas são

em sua maioria pessoas malvadas. Seu único pensamento e esforço é sobre como prejudicar e arruinar os outros. Eles são sensuais, gananciosos – são pecadores.

204. As pessoas de mente imatura que se devotam a fazer o bem ao seu país ou ao mundo, ou que formaram instituições para estes propósitos, fazem mais mal do que bem ao mundo no longo prazo, a despeito de suas metas sublimes. Não podem permanecer fiéis aos seus ideais elevados em meio aos vários golpes e contragolpes do mundo; eles sucumbem às tentações a despeito de duros esforços. O desejo por fama, nome, posição e poder cresce forte neles; enquanto que o ciúme, o ódio, estreiteza mental e o egoísmo os dominam tanto que os resultados de seu trabalham se tornam fumaça. Não apenas isso, mas infectando a sociedade com o veneno que está dentro deles, até corrompem muitas pessoas bem-intencionadas, levantam suspeita e desconfiança na mente do público com relação aos trabalhos filantrópicos, religiosos e institucionais e até mesmo contra a própria religião.

205. No início era Brahman sem um segundo [sem uma segunda coisa], a Existência Pura imersa em Sua própria glória. Ele estava sozinho, nada mais existia. Tudo estava bem. Então, em um dado momento, Ele desejou, "Eu serei muitos", e surgiu toda a criação com sua quantidade incontável de mundos! E mesmo Ele teve que praticar austeridades e meditação para fazer isso. Tendo criado o universo, composto de todos os objetos móveis e imóveis – todos os objetos animados e inanimados – Ele próprio entrou neles, e capacitou apenas o ser humano com faculdades de raciocínio, Sua consequente situação, como diz o ditado, era, "Brahman chora, preso na rede dos cinco elementos". Ora, estes sábios assim chamados 'muitos' consideram-se livres de todas as responsabilidades pessoais, tendo transferido todas suas falhas e erros, loucuras e fraquezas, incapacidades e maus hábitos, etc., para Seus ombros! Se eles fracassam em qualquer trabalho devido a seus próprios erros ou falta de esforço, eles dizem, "Não foi a vontade de Deus!" E se eles falham em fazer algo sobre o que estavam muito inclinados, apenas dizem: "Aconteceu assim apenas por Sua vontade!" Como se eles conhecessem tudo o que o Senhor deseja e não deseja! Se fosse assim, eles não seriam pessoas comuns, pois até conhecem o pensamento do Onisciente Senhor! Eles até declaram com uma mostra de autoridade, "É a vontade de Deus que todos se casem e vivam uma vida mundana. Pois se todos se tornassem monges, como iria se sustentar a criação?" Como se estivessem passando noites sem dormir receando esta terrível catástrofe – a dissolução do mundo! Como se todas as pessoas do mundo estivessem morrendo para tornarem-se monges!

206. Em conversas comuns usamos frequentemente expressões como "É a vontade de Deus", ou chamamos a Deus por ajuda, ou para jurar por Deus ou Dharma. Estas são apenas palavras vazias, que não significam nada. São como

crianças pequenas que dizem, 'Pela minha honra!', 'Meu santo Deus!', ou 'Só Deus sabe!' Somente aquele que realmente sente a Divina vontade e está designado para falar assim, é quem se entregou completamente a Deus, que realizou a Verdade: "Eu sou a máquina, Ele é o operador"; é aquele que não faz distinção entre bom e mal, que não tem desejo ou aversão por nada, e que permanece o mesmo no elogio ou na calúnia, no ganho ou na perda, no prazer ou na dor.

207. De acordo com os Vedas, aquele Brahman que é o Todo, é o todo para sempre; nem aumenta nem diminui. Se o Todo for subtraído do Todo, ainda assim permanece o mesmo Todo; e mesmo se o Todo for adicionado ao Todo, a soma é o mesmo Todo! E isto só pode ser afirmado de Brahman que é o Todo – o Infinito Supremo Ser. A qualidade de ser o Todo é ganha somente em troca do próprio Todo. Para realizar o Supremo Senhor que é o Todo por natureza, o Absoluto, é necessário devotar-se a esta tarefa com toda a capacidade do corpo, mente, coração e alma, e esforçar-se para unir-se com Ele. Somente então o fim desejado é alcançado.

208. Mas nem todos têm a mesma força e habilidade. Para um jovem destemido, talentoso e vigoroso que cortou todas suas amarras com o mundo e que pratica exercícios de Yoga dia e noite, em solitude[13], para o controle da mente e interrupção de todas as modificações mentais, que vive com uma refeição por dia conseguida mendigando, ou de frutas e raízes, alcançar a Deus ou Samadhi pode ser fácil. Mas existem outros que a despeito de seu intenso anelo pela Realização, encontram-se sempre em situações extremamente desfavoráveis. Eles estão ocupados no mundo em servir pais idosos e desamparados, ou estão engajados em um trabalho exaustivo para manter mulher e filhos. E também podem ser devotos confinados a cama com alguma doença incurável, sua mente e corpo esgotados para executar exercícios espirituais adequadamente. Por acaso não existe esperança de salvação para estas pessoas? Eles continuarão a ser sacudidos e golpeados por toda a eternidade sobre o agitado mar da causa e efeito, como um pequeno bote em uma tormenta? Eles não têm esperança de libertação? Serão destroçados sem misericórdia pelos resultados de seu Karma passado, como insetos e vermes, sob a inexorável roda da causa e efeito? Não, isto jamais pode acontecer nos domínios de um Deus misericordioso. Seu choro [destes seres sofridos] do fundo de seu coração, com certeza, chegará aos Seus ouvidos, e eles escutarão dentro de seus corações a firme e pequena voz da esperança e consolação. Se seu desejo por Mukti for forte e profundo e tomarem refúgio em Deus com o coração cheio de anelo, conhecendo bem sua própria incapacidade; se levam uma vida doméstica executando todas as suas ações sem apego e com um

13 Solitude é o estado de privacidade voluntária de uma pessoa, não significando propriamente, estado de solidão (nota do tradutor).

sentido de dever, considerando sua família e parentes e o resto como pertencentes a Deus; e se não são ligados a qualquer trabalho, ou por qualquer apego ou paixão por quaisquer pessoas e não amam a ninguém do fundo do coração exceto a Deus – então, por mais adversas que sejam as circunstâncias e ambientes, também serão herdeiros da paz nesta vida e ganharão o Estado Supremo no além, devido a ilimitada graça e misericórdia do Senhor que é Amor personificado, Ele que liberta Seus devotos das correntes do destino.

209. Tudo é ação da mente, tudo depende apenas da mente. A liberdade está apenas na mente, a escravidão está apenas na mente. Como é a tendência da mente, assim é seu movimento para a ação. Se o Yogi acima mencionado, com o passar do tempo for atraído pelos prazeres mundanos ou por nome e fama, sob a influência de desejos mundanos guardados em seu ser subconsciente, então, a despeito de sua prática de severas austeridades e circunstâncias favoráveis de todas as maneiras para isso, todas suas disciplinas e esforços espirituais não seriam nada mais do que trabalho infrutífero como derramar manteiga derretida sobre cinzas. Mas se um indivíduo aflito pelo tríplice sofrimento (material, mental e providencial) realiza no íntimo de seu ser a irrealidade do mundo e consequentemente tornando-se avesso a todas as paixões e apegos, entrega-se a Deus com todo o seu coração e alma, então neste caso, Ele [o Senhor] o liberta do ciclo de nascimento e morte – a raiz de todo o sofrimento.

210. Seja você um Sannyasin ou uma pessoa que vive em família, você tem que lutar ao longo de seu próprio caminho, deve construir sua vida inteira em harmonia com seu caminho espiritual. A Realização não pode ser alcançada através de fraude; engana-se a si mesmo praticando falsidade. De forma geral, parece como se Deus mostrasse de alguma forma mais favorecimento aos devotos que vivem em família do que aos Sannyasins. Estes últimos renunciaram tudo pelo único propósito de invocar apenas a Deus. Será certamente um grande pecado se eles alguma vez falharem em fazer isto. Mas os piedosos e firmes devotos que vivem em família recordam e pensam no Senhor e rezam por Sua graça mesmo enquanto carregam suas cargas pesadas ao longo da acidentada estrada do mundo. Além disso, eles respeitam, honram e servem os Sannyasins e devotos de Deus e executam atos meritórios como dar esmolas e fundar instituições de caridade para ajudar os pobres e aflitos e casas de repouso para os peregrinos, e assim por diante.

211. A realização de Deus nesta mesma vida não é para todos. Aqueles que têm praticado severas austeridades e disciplinas espirituais vida após vida para realizá-Lo e que têm apenas um pouco de Karma para esgotar, nascem dotados de boas tendências e desejos, devido ao mérito adquirido em suas vidas anteriores. Desta maneira, quando conseguem circunstâncias favoráveis para o

esforço espiritual nesta vida, terminam facilmente o que resta e mergulham no Estado Supremo que está além do nascimento e da morte.

212. Não existe nenhum tipo de trabalho [ou ação] que não produza resultados ou que seja desperdiçada ou perdida. O trabalho inevitavelmente produzirá seus frutos, bons ou maus, em algum momento. Por esta razão o que é bem deveria ser sempre feito. Tal ação se converte em um capital, do qual se pagará a dívida das más ações e da massa de pecado executado.

213. O fruto [resultados] das boas ações é inesgotável. Quanto mais possa ser acumulado, mais torna a pessoa firme nesta vida e na próxima – nos perigos, na dor e no infortúnio, nas lutas e tentações, na escuridão, no medo e no desespero. As outras posses são temporárias; sua aquisição e preservação envolve dor, sua diminuição e perda causa dor; uma pessoa nem mesmo pode levá-las após a morte. Não apenas isso, mas o desejo insatisfeito e suprimido por estes objetos de apego, a seguirá na próxima vida na forma de Samskaras e causará sofrimentos sem fim obrigando-a forçosamente a prender-se a novos trabalhos e seus frutos, desta forma adicionando mais e mais correntes.

214. A alma individual presa no mundo é, como Sri Ramakrishna costumava dizer, como a noz de Betel verde ou o coco verde – sua polpa endurece tão rápido dentro da concha dura que parece ser uma só coisa com ela e não pode ser separada. Mas quando amadurece e seca, se separa facilmente. De forma similar, enquanto existir a identificação com o corpo, enquanto uma pessoa sentir-se feliz ou infeliz devido à felicidade ou dor do corpo, permanecerá presa por Maya e sofrerá sem cessar do tríplice sofrimento. O Jiva torna-se livre apenas quando pela graça de Deus, chega a realização de que o Ser é separado do corpo, dos sentidos e outros órgãos internos. É pela prática da Yoga, do Conhecimento, da Devoção ou do Trabalho [abnegado], que o Ser é realizado como Sempre-Puro, Sempre-Iluminado e Sempre-Livre por natureza, sendo a Realidade Absoluta.

215. A mente pode ser purificada e o Conhecimento do Ser obtido pela Karma Yoga. Trabalho todos fazemos, mas não praticamos Karma Yoga. Por isso nos prendemos pelo trabalho [ação] e sofremos. O Divino Senhor Sri Krishna diz no Gita com respeito à Karma Yoga, que você tem direito apenas ao trabalho, mas não aos seus frutos. De novo Ele diz, "Infelizes são aqueles que trabalham pelos resultados" – significando que aqueles cujo incentivo ao trabalho é o de ganhar certos fins pessoais, são pessoas de mente pequena pertencendo a uma classe inferior. Trabalhe, mas qualquer coisa que faça, faça abnegadamente, sem apego; faça apenas, sem expectativa por recompensa. Assim você será liberado de todo aprisionamento, terá cumprido seu dever e

atingido a meta da vida, sendo abençoado conseguindo a Suprema Bem-aventurança, que está além da felicidade e do sofrimento.

216. Para muitos é um enigma como uma pessoa pode possivelmente sentir o desejo ou inclinação pelo trabalho se não houver nenhum desejo pelo fruto. Como podemos estar envolvidos no trabalho devotando toda nossa mente e energia, e por que devemos trabalhar afinal se o trabalho não nos trouxer nenhum ganho? É um grande engano pensar assim. É verdade que os homens trabalham pela felicidade; mas quanto ou que tipo de "felicidade" tratamos de conseguir deste modo? Nove décimos é sofrimento e um décimo ou talvez menos é felicidade; e mesmo aquele pouco é passageiro e adulterado com o sofrimento. E mais ainda, para conseguir qualquer fim egoísta, normalmente se priva outros do que lhes é devido, assim causando-lhes sofrimento, dor e até ferimentos. Por outro lado, toda felicidade que é permanente neste mundo é obtida apenas por trabalhadores abnegados e desapegados, aqueles que não sentem que são os autores do trabalho. Quantas vezes trabalhadores verdadeiramente abnegados e infatigáveis como Sri Krishna, Buddha, Jesus Cristo, Sri Chaitanya e Sri Ramakrishna e Swami Vivekananda nos tempos modernos, apareceram em toda a história? Muito poucos, realmente! Só eles são os homens ideais que desde tempos imemoriais, capacitaram incontáveis homens e mulheres para que carregassem sobre seus ombros a insuportável carga da vida e que colocaram esperança e paz nos corações de miríades de almas mergulhadas no lamaçal do pecado, cobertos pela escuridão da ignorância e aflitos pelo tríplice sofrimento. Inspirados por seus ensinamentos e ideais, milhões de pessoas se abstiveram da vida [mundana] e a abandonaram sem vacilação – e em troca, ganharam a vida imortal.

217. O desapego pelos objetos do mundo e amor por todos os seres são os fundamentos, os princípios-raiz, de todas as religiões. Aquele que tem estas virtudes não está sujeito ao corpo e aos sentidos, não tem nenhum desejo por nome, fama, ou amor pelo poder, não tem nenhuma ideia egoísta de "eu e meu", e nenhum sentimento de distinção entre seus próprios parentes e os outros. Considera todos os seres vivos – ricos e pobres, Brahmins e párias, virtuosos e viciosos, inimigos e amigos, animais, pássaros e insetos – com a mesma visão. Ele não é afetado – nem exaltado nem deprimido – pelo louvor ou calúnia, ganho ou perda, vitória ou derrota, dor ou prazer. Mesmo estando trabalhando, ele não trabalha, e mesmo sem trabalhar, ele trabalha. Ele é verdadeiramente o Karma-Yogi ideal.

218. A meta do Pranayama é controlar o Prana, ou a força vital que funciona no corpo. Esta força vital manifesta-se para nós como respiração (inalar e exalar). Se puder fazê-la fluir ritmicamente, a natural inquietação da

mente diminui e ela torna-se tranquila. Como a mente está espalhada em vários objetos, seus poderes são dissipados. Se todas estas forças espalhadas puderem ser concentradas sobre um único objeto, então a mente conseguiria infinito poder. De acordo com as escrituras sobre Yoga, não existe nada no universo além do poder desta mente atingir. Se no plano espiritual, aquele poder concentrado é dirigido por meio da meditação à verdadeira natureza do Ser Supremo, o Jiva se funde no Supremo Brahman através do Nirvikalpa Samadhi, o estado da mais elevada Supraconsciência. E se a mente se tornar totalmente absorvida na contemplação de Deus com forma no lótus do coração, será abençoada com a visão direta do Ideal Escolhido, ou seja, realiza a Deus. Além disso, se a mente for aplicada aos fenômenos naturais ou sobrenaturais, várias verdades maravilhosas e sutis serão descobertas e os oito Siddhis, ou faculdades sobre-humanas ou poderes ocultos serão adquiridos.

219. Os oito Siddhis são: (1) Animâ, o poder de tornar-se tão pequeno quanto um átomo; (2) Laghimâ, o poder de assumir excessiva leveza por sua vontade; (3) Vyâpti, o poder de tornar-se todo-penetrante por sua vontade; (4) Prâkâmya, vontade irresistível; (5) Mahimâ, o poder de aumentar seu tamanho por sua vontade; (6) Ishitva, soberania; (7) Vashitva, o poder de subjugar os outros por sua vontade; e (8) Kâmâvasâyitâ, o poder de ser capaz de agir ou para obter os objetos desejados, por sua vontade.

220. Estes poderes ocultos, ou os oito Siddhis, são terríveis tentações e tremendos obstáculos no caminho para atingir o Nirvikalpa Samadhi ou o Savikalpa Samadhi, os estados supremos alcançados pela prática da Yoga. Se o Sadhaka, ou aspirante, sucumbir à tentação de adquirir estes poderes, não apenas cai do caminho da Yoga, arrastado pelos desejos, mas torna-se depravado pelo seu mal-uso e envolve-se em prazeres carnais e, pior de tudo, causa a ruína de muitas almas inocentes visando conseguir seus próprios fins egoístas. Como consequência causa sua própria queda e os seus poderes são perdidos.

221. A prática exclusiva de Yoga [Raja Yoga] é extremamente difícil e não é apropriada para a pessoa comum. Especialmente nas condições modernas é quase impraticável seguir rigidamente as regras necessárias, que são, comida leve e Sáttvica (tais como frutas, raízes e leite), sono e exercício moderado, um lugar solitário com ar puro para viver, uma vida sem preocupação, regularidade em tudo – e acima de tudo, a rígida castidade e o controle dos sentidos, e viver próximo ou com seu Guru que deve ser um adepto na Yoga. É extremamente difícil ter sucesso se qualquer um destes requisitos for violado. Também, se existir algum erro ou falha em executar o processo prescrito pelo Guru ou se praticar Yoga de acordo com suas próprias ideias lendo livros, existe a chance

de contrair alguma doença nervosa incurável ou problemas no coração, e pode levar até a insanidade ou um transtorno cerebral.

222. Por que e quando a respiração (inalar e exalar) se torna irregular, ou seja, muito rápida ou muito lenta? Sempre que somos vencidos pelas paixões como a luxúria, a raiva, etc.; quando nos tornamos desnorteados correndo atrás dos objetos de gozo na esperança do prazer; quando perdemos o autocontrole pelo ódio quando alguém coloca um obstáculo no nosso caminho para ganhar nossos objetos desejados, ou afundamos desesperados se falhamos; quando nos sentimos exaltados pelo orgulho com o sucesso, perdemos todo o sentido de respeito devido à paixão, ou nos transformamos com a inveja ao ver o sucesso de outros; quando o coração mergulha no medo de perigos iminentes, ou é atingido pela aflição ao pensar em alguma calamidade próxima; quando nos desesperamos pela penúria e sentimos preocupação pela manutenção e segurança da esposa e filhos, ou nos tornamos inquietos e atormentados pela doença; quando vemos a escuridão em toda parte devido à dor causada pela perda de nossos queridos, ou nos tornamos loucos, por assim dizer, com a perda da riqueza e propriedades – então a mente é involuntariamente lançada em um estado de terrível agitação, e simultaneamente a respiração ou torna-se rápida como repetidos golpes de martelo ou tão lenta que parece que vai parar. Esta terrível agitação mental também agita o Prana, ou força vital, e perturba a circulação do sangue. A menos que a causa-raiz de todos estes seja removida, isto é, a menos que se desenvolva desapego pelos objetos mundanos, é totalmente impossível comungar com o Ser, ou praticar Japa e meditação com a mente concentrada, por mais que se reze a Deus ou pratique Pranayama.

223. Existem muitos que pensam: "Eu não tenho muito apego pelo corpo; eu não tenho muita paixão por minha esposa, ou afeto por meus filhos, nem muita atração por dinheiro; eu não sou ligado a nada; eu poderia livrar-me de tudo se quisesse." Mas quando eles cambaleiam nos golpes e contragolpes de dentro e de fora, ou são sacudidos quando enfrentam horríveis provações em uma virada do destino, então despertam de sua ilusão e realizam sua desesperada situação de estar amarrados pelos pés e mãos pelas terríveis correntes de Maya. Aqueles que são dotados com boas tendências herdadas de nascimentos anteriores consideram estas correntes intoleráveis. Eles lutam de coração e alma para libertarem-se delas por quaisquer meios. Estes são os Mumukshus, ou seja, pessoas com desejo de alcançar Mukti, ou liberação do nascimento e da morte.

224. Existe outro tipo de Jivas que levam uma vida de sujeição como escravos, geração após geração. Suas condições tornam-se tão naturais para eles que têm medo até de escutar o nome da liberdade. Eles pensam: "Estamos bem como estamos. Se tivermos que entrar pelo caminho que leva à liberdade, que é

desconhecido e incerto, renunciando a tudo que temos, é melhor abster-se da liberdade!" Se o verme que vive na imundície é colocado em uma pilha de flores, morrerá lutando para respirar. Estes são os Jivas ligados. Eles permanecem eternamente presos à vida mundana.

225. Se o mundo fosse de interminável felicidade, se não houvesse doenças, privações, sofrimento, penúria, perigos ou calamidades, medo ou angústia, quem se sentiria impelido a chamar por Deus? O Senhor deu isto para nossa instrução, para testar-nos, para que os homens não permaneçam esquecidos d'Ele e possam tomar refúgio n'Ele realizando seu total desamparo. Portanto prenda-se a Ele por todos os meios em todas as condições, na felicidade e também no sofrimento. Ame-O com todo o seu coração, e conheça-O como sua única meta, seu único suporte e recurso, seu tudo em tudo. Você então descobrirá que a dor, o sentimento de privação e infortúnio serão incapazes de perturbar a mente, e que o coração permanecerá cheio de bem-aventurança.

226. Seja um mendigo faminto, faminto pelo amor a Deus. Chore cheio de anelo pela visão de Sua forma de Amor. Fique louco por Ele como se a vida fosse insuportável sem Ele. Quem mais existe que sinta como Ele sente a aflição de Seu devoto? Quem mais é nosso mais íntimo, como Ele é? Quem mais existe depois de seu coração – a quem você pode entregar seu próprio coração e alma – como Ele? Se alguém se arrepende, Ele perdoa e o coloca em Seu colo em amoroso abraço, mesmo após cem transgressões. Seu amor ultrapassa toda compreensão, e está além de todos os limites. Ele é o oceano da infinita felicidade. Ele é o oceano de néctar da imortalidade. Mergulhe neste oceano e você alcançará a imortalidade, você nadará em bem-aventurança como *rasagollâ* (um doce esponjoso) flutuando na calda. Não é por isso que o amante de Deus não quer Mukti ou Nirvana (Aniquilação), abstendo-se de gozar da bem-aventurança na adoração de Deus Pessoal?

227. Os intoxicados por Deus, como os bêbados, são de duas classes: aqueles que clamam "Mâ, Mâ", "Mãe, Mãe", cantando músicas devocionais para Shyâmâ, a Divina Mãe de pele escura, com lágrimas em seus olhos – e aqueles que bebem tão profundamente que se tornam inconscientes; eles não estão satisfeitos até atingirem esta condição. Aqueles citados primeiro pertencem à classe Bhakta, os citados em seguida pertencem ao tipo Jnânin. Ambos se tornam totalmente absorvidos em estados espirituais de acordo com suas respectivas atitudes. Mas o devoto retém a atitude de "Eu sou d'Ele", e o Jnânin mergulha seu ego n'Ele no pensamento de "Eu sou Ele – Eu sou incondicionada e infinita Existência, Consciência, Bem-aventurança, o Ser Supremo, Brahman Absoluto." Você pode dizer qual felicidade é maior? Os estágios finais de Jnâna e Bhakti são um só e o mesmo; é um sentimento de

unidade com o Ser, onde os dois se confundem, e um não pode ser distinguido do outro.

228. Brahman Sem-Forma não é como a vastidão do Akâsha, o céu ou espaço elementar. É da natureza da Consciência Não-Dividida. Esta Consciência é todo-penetrante – permeando a tudo. A existência de todos os objetos no universo é devido ao Seu Ser, a Sua Existência neles; todo o conhecimento do mundo vem da luz de Sua Consciência, de Sua Pura Inteligência; toda a felicidade que está na criação flui de Sua Bem-aventurança. Brahman é *Virât*, imensuravelmente vaso neste sentido. O céu ou infinito espaço é meramente um símbolo para conveniência da meditação.

229. "O processo de derramar oferendas no fogo é Brahman, a manteiga clarificada para oferendas é Brahman, o próprio Brahman oferece oferendas no fogo de Brahman. Aquele que está absorvido na ação, vendo Brahman nela, alcança a Brahman." – Gita, IV. 24. O significado deste verso é que o que quer que faça, deve ser feito considerando tudo como Brahman, ou seja, identificando-se com Brahman ou Deus. Toda sua vida torna-se um ato de Yajna, ou adoração sacrificial, na qual o processo de oferenda, a oferenda, o fogo, quem faz a adoração sacrificial, o trabalho e a meta são todos Brahman. Considere todo o trabalho [ou ação] como um Yajna, como Sua adoração apenas. Enquanto come, pense que Ele mesmo é a cômoda, que o processo de comer também é Ele, que Ele também é o instrumento de comer, ou seja, os órgãos com que comemos, e que de fato Ele é que come e quem desfruta da ação. Coma com a ideia ou sentimento de que você está colocando a comida como uma oferenda no fogo gástrico que é Brahman. Por que apenas com a ação de comer – você deve aplicar esta ideia de Brahman ou Deus a tudo no mundo, a cada ato e a cada pensamento. Apenas assim todo o Karma de uma pessoa engajada no trabalho se dissipa, já que seu Karma não produz outro resultado além da realização de Brahman. O que o Senhor Sri Krishna nos ensina neste verso é que podemos colocar Deus em todas as nossas ações, em todas as nossas metas; que podemos sentir Seu toque benéfico, Sua benigna vontade sempre e em tudo; que podemos oferecer todos os frutos de nossas ações, boas e más, a Ele, renunciando ao sentimento egoísta de "Eu sou o agente da ação". Este verso é recitado em coro antes das refeições em praticamente todas as filiais de nosso Belur Math (mosteiro).

230. Existe uma linda canção de Ramprasad encarnando esta mesma ideia:

"Ó minha mente, eu digo a você, adore à Kali por quaisquer rituais que te agrade,
Enquanto repete dia e noite o divino Mantram de grande poder dado pelo Guru.

Quando se deitar, pense que você está se prosternando diante da Mãe,
Enquanto está dormindo, pense que está meditando n'Ela.
Quando sair para ir à cidade, pense que está circulando a Mãe Shyâmâ.
Qualquer coisa que entre em seus ouvidos é verdadeiramente o Mantram (nome sagrado) da Mãe.
Kâli é feita de todas as cinquenta letras[14] *do alfabeto, cada letra é um nome d'Ela.*
Compartilhe de todos os pratos deliciosos que existem no mundo-
Que são próprios para chupar, sugar, lamber ou beber,
E pense que está oferecendo oferendas à Mãe Shyâmâ."

231. O corpo é passageiro, ele se tornará vermes e cinzas no final após a morte; seus componentes são impuros, materiais repugnantes e imundos, tais como, fezes, urina, secreções, sangue, gordura, medula, carne, etc., e mesmo assim quão estupidamente o Jiva é iludido ao ser preso nesta jaula de ossos e carne! Estando terrivelmente apegado a este corpo e identificando-se com ele, ele sofre dor interminável a cada momento; mas apesar disso não desperta. Esta é a Maya de Mahamaya, a Grande Mãe da Ilusão Universal! Que feitiço mágico Ela jogou sobre todos! Aqueles que aspiram por Moksha, ou Liberação, devem cortar em pedaços esta armadilha de ilusão totalmente prejudicial, sabendo que o corpo e todos os objetos dos sentidos são insubstanciais e passageiros e esforçar-se para refugiar-se no Eterno.

232. Cantou um Sâdhaka-poeta Bengali:
Tal é a Maya de Mahamaya,
Que feitiço mágico Ela jogou sobre todos!
Mesmo os imortais, os Deuses Brahmâ e Vishnu,
Jazem prostrados, inconscientes, dominados,
Incapazes de compreendê-LA!
O que falar então de um homem mortal!
A armadilha de gaiola é colocada em um atoleiro,
Ou onde a água flui para fora de um tanque,
Os peixes miúdos entram nela.
A passagem de escape está sempre aberta,
Mas ainda assim eles não podem sair.
O bicho da seda tece seu próprio casulo,
Ele pode escapar dele, se quiser,
Mas ficando encantado por Mahamaya,
Morre em sua própria larva!
Ele morre na prisão de sua própria criação!

---

14 As vogais, consoantes, e letras compostas do alfabeto Sânscrito.

233. *Upâsanâ* significa o ato de se aproximar de Deus, pela adoração, orações e Serviço; literalmente, estar sentado em Sua proximidade. Os vãos pensamentos e as vãs ações, longe de beneficiar-nos, nos fazem mal. Deliciando-nos com eles, nos perdemos e eles nos afastam de Deus e nos conduzem a um poço de lixo, por assim dizer – ninguém sabe onde. Quanto mais nos mantemos afastados de pensamentos e ações sem valor e dos objetos mundanos passageiros e nos devotamos à lembrança e contemplação de Deus, à meditação, adoração e repetição de Seu santo nome, e às atividades como fazer bem aos outros e servir a humanidade, mais perto nos aproximamos de Deus e nos transfiguramos em Sua semelhança, enchendo cada vez mais nossos corações com a bem-aventurança. Não existe outro caminho do que este para conquistar o mundo e salvar-se do sofrimento e da inquietude mental.

234. No Mosteiro de Baranagore[15] eu escutei do venerado Swami Premananda duas parábolas de Sri Ramakrishna, que não vi publicadas em nenhum lugar. Esta é a primeira: "Pessoas que pertencem à classe de Acharyas, ou mestres, com especial autoridade e missão divina são, por assim dizer, 'maduros' ou bons oponentes em um jogo de damas, cujos movimentos para atingir a meta rapidamente são inevitáveis; mas eles propositadamente retornam da meta e jogam de novo. Eles sabem que com seus movimentos de mestre podem obter qualquer número que queiram – dois, quatro, seis, oito, ou dez. Eles emparelham com outros 'verdes' ou oponentes que não retornaram e os leva à meta também. Tente ficar emparelhado. Ninguém pode destruir o par em um jogo de dados. Da mesma forma, não existe mais nenhum medo se alguém conseguir um Guru assim."

235. A segunda parábola é assim: Uma mulher pobre tinha um par de braceletes de ouro em seus braços, que ela conseguiu após muita economia. Mas ninguém deu nenhuma atenção ou a elogiou. Por fim ficando muito desapontada, ela pôs fogo em sua própria choupana, fazendo com que uma multidão se reunisse ao seu redor, com ela gritando e chorando com lágrimas em seus olhos. Ela começou então a se lamentar apontando com suas mãos, 'Ai de mim! Olhem todos vocês, minha choupana pegou fogo. Pobre de mim, tudo o que eu tenho virou cinzas, somente sobrou este par de braceletes.' Do mesmo modo, as pessoas de natureza baixa se tornam ansiosas em mostrar o pouco que possuem, ou qualquer pequena habilidade ou poder que possam ter adquirido, mesmo que isto possa causar perda para si mesmos.

236. A vida inteira de um homem é uma massa de tentações. As seis paixões como a luxuria, etc., estão sempre despertas; estão sempre espreitando

15 O primeiro mosteiro estabelecido em uma casa alugada perto da chácara de Cossipore após o falecimento de Sri Ramakrishna em 1886.

por alguém que elas possam agarrar e devorar. Deve-se, portanto, estar sempre desperto e alerta, sempre discernir entre o certo e errado, e rogar a Deus. Se um ladrão vê luz acesa em um quarto de uma casa e alguém acordado lá, ele não a invade, mas vai para outro lugar. No momento em que você fraquejar, tornar-se descuidado e fraco, seus inimigos também, descobrindo uma entrada, ficarão violentos e tentarão derrubar você com qualquer meio astuto; e mesmo se forem derrotados várias vezes, jamais recuarão ou abandonarão. Mas não desanime, de nenhuma maneira. Mesmo se você cair várias vezes, deve se levantar a cada vez com novo vigor e lutar com toda a sua força. Você então descobrirá que mesmo a sua derrota, se acontecer, é tão boa quanto a vitória. Assim você avançará um pouco mais a cada vez em seu caminho. Deus mesmo ajuda aqueles que estão sinceramente ansiosos por levar uma vida superior; Ele dá a estes, força e inspiração e torna o seu caminho suave removendo todo tipo de obstruções, perigos e dificuldades. E quando eles, exaustos por sua luta incessante contra as paixões, tomam refúgio n'Ele com o coração ansioso, então Ele também os coloca em Seu colo. Pois Seu nome é – "Compassivo pelos devotos".

237. O devoto serve a Deus ou Deus serve o devoto? Chega um tempo quando o devoto sente que o pequeno serviço que pode fazer para Deus é quase nada, que é Deus mesmo que o está realmente servindo. A adoração do devoto é como a adoração da Mãe Gangâ com a água do Gangâ; ou seja, oferecer a Ele coisas que já são d'Ele. O verdadeiro Bhakta não tem nenhum pensamento para si mesmo; é Deus que tem que pensar por ele. A quem chamamos Bhakta? É aquele que tem amor puro, sem desejos, incondicionado, por Deus. Que está louco com o amor por Deus. Deus carrega a carga deste devoto, e provê para ele cujo coração e alma estão sempre fixos n'Ele. "Para estes Eu levo o que lhes falta e preservo o que já têm," diz o *Gita.* Estes devotos são extremamente raros. Lemos sobre eles em nossos Puranas e estórias, por exemplo, Narada, Prahlada, Shukadeva, Vidura, Sri Radha e os Gopa-Gopis (pastores e leiteiras) de Vrindaban, Uddhava, Mahavira da era épica antiga; e Chaitanyadeva, Mirabai, Ramanuja, Tukaram, Ramprasad do período histórico; Ramakrishna, Vivekananda, Pavhari Baba, Nag Mahasaya e outros dos tempos modernos. Entre estes, Sri Radha, Sri Chaitanyadeva e Sri Ramakrishna são adorados como Avataras ou Encarnações de Deus.

238. É apenas devido à pura devoção do devoto que Deus se submete a ele. Ele se transforma para o devoto, está em dívida com ele por seu amor e se rende por causa do amor de todo coração do devoto. Deus mora constantemente no coração do devoto, preso pela corda do amor. Verdadeiramente não há nada que Deus não conceda a ele.

239. Assim como o devoto não pode viver sem Deus, também Deus Mesmo não pode viver sem o devoto – como um jovem e uma jovem quando apaixonados. Mas o amor entre um jovem e sua bem-amada nasce da luxúria e da paixão entre eles pela sua beleza ou talentos; está manchado com desejo carnal. Cheira forte à "peixe", da felicidade pessoal ou autointeresse – ele não dura muito se houver qualquer variação destes ou incompatibilidade de gênios, e deixa um gosto amargo na boca. O amor por Deus, por outro lado, é sem desejos, suprassensório, celestial e eterno. Quanto mais se bebe deste néctar de amor, mais a sede por ele cresce, nunca se sente saciado. Aqui o Amor, Deus de Amor – o Bem-amado, e o que está apaixonado, todos se tornam em *um* sem uma distinção. Então o que fica é – Bem-aventurança Absoluta.

240. Qualquer que seja o modo de vida ou situação na qual a Mãe possa colocar você, saiba que isto é para seu bem – compreenda você isto ou não. A felicidade e a dor são apenas o toque benigno de Suas mãos de lótus. Quem pode compreender Sua Lila (Jogo)? Se Ela mantiver você na felicidade ou no sofrimento, na prosperidade ou na aflição, humildemente aceite tudo como Sua benção.

"Mesmo os tapas e golpes da Mãe são doces;
Que caiam nas minhas costas tanto quanto possam!
Aquele que considera isto neste sentido,
Bravo! É realmente um filho da Divina Mãe.
O filho não morre por causa dos golpes da Mãe,
Ele não teme o olhar severo da Mãe.
Está contente onde a Mãe o coloque,
Pois, de fato, não conhece nada além da Mãe."

241. O que você pode compreender sobre Deus discutindo as escrituras, com argumentações sem objetivo, debatendo e raciocinando com seu intelecto de dois centavos? Pelo contrário, se você tentar compreender a Ele por estes meios, há uma boa chance de ficar confuso e chegar a um ponto que poderá até ter dúvidas em sua própria existência. Já que você tem algo tão raro com é a vida humana, você passará seus dias contando as folhas da mangueira e fazendo maravilhosas pesquisas sobre ela ou irá satisfazer-se comendo as mangas? Que aqueles que gostem façam estas coisas; mas Podo, meu querido, você deve comer até se encher de mangas.

242. Sem dúvida, a busca de conhecimento, análise, raciocínio, pesquisa e o estudo de outras ciências refinam o intelecto, revelam muitos princípios sutis e levam à descoberta de muitas novas verdades que trazem muito bem ao mundo. Mas este mesmo conhecimento e erudição, nas mãos de pessoas ou nações egoístas e materialistas que pensam que este mundo é seu tudo em tudo,

tornam-se a causa de sofrimento e destruição sem fim da vida humana, transforma os homens em bestas selvagens e o mundo em um verdadeiro inferno.

243. Oração é o ato de fazer conhecer ao Senhor ou ao Supremo Espírito – Ele que, residindo em todos os seres, regula seus sentimentos íntimos – a intensa angústia ou o desejo ou ansiedade de nosso coração, por meio de profundo pensamento ou linguagem, falada ou não falada, e a súplica por Sua misericórdia para removê-la. A oração que é cheia de desejo egoísta diz: "Ó Senhor, eu não suporto mais o tormento, a doença, os problemas, a penúria e a pobreza desta vida; faça-me feliz, são e alegre e leve-me além de toda penúria e preocupação." A oração sem desejos e abnegada é: "Ó Senhor, coloque tanta carga sobre os meus ombros quanto queiras, mantenha-me no sofrimento, atire-me no perigo, isto não importa para mim nem um pouco; mas dê-me, ó Senhor, a força e coragem que preciso, para que não possa ser perturbado por nada e que não possa esquecer a Ti e ter sempre pura devoção por Teus pés de lótus que afastam todo o medo."

244. A principal meta da vida humana é a realização de Deus, ou a obtenção de Mukti. Apenas o homem tem a prerrogativa ou a habilidade de alcançar este supremo objetivo da vida – ninguém mais, nem os animais, nem mesmo os deuses, ou seres celestiais, podem tê-lo. É negado aos animais, pois lhes falta a faculdade do discernimento entre o Real e o irreal. Alcançar a liberação é impossível para os deuses, pois estão muito ocupados com o gozo contínuo do intenso prazer e dos esplendores do céu. Que tempo lhes sobra para a prática do discernimento e renúncia? Por esta mesma razão, é também difícil para aquelas pessoas que possuem vastas riquezas e muita propriedade, alcançar Mukti. Além disso, para aqueles que são extremamente pobres e necessitados e estão sempre atormentados e perplexos, torturados pela fome e atingidos pela penúria, é difícil atingir a espiritualidade. A realização de Deus é muito mais fácil para pessoas de meios moderados, pois estão entre dois extremos. Vê-se na história do mundo que praticamente todas as grandes personalidades que deixaram uma impressão indelével na religião, sociedade, política e outros campos de atividade humana ou planos de pensamento, pelo poder de seu gênio, nasceram de pais de classe média de meios moderados – nem ricos nem pobres.

245. Se hoje desperdiçamos nossas energias e discutimos entre nós sobre o que o amanhã poderá nos trazer, perderemos o que poderia ser ganho hoje e também amanhã.

246. Sabedoria, intelecto, conhecimento das escrituras, lógica, argumento, reflexão, riquezas, caridade, ações meritórias, rituais e sacrifícios,

mesmo Yoga e austeridades – por nenhum desses, nem por todos esses juntos, Deus poderá ser realizado – não por nenhum ou todos esses Ele permitirá ser capturado, ou seja, compreendido. A única arma irresistível para compreendê-Lo ou mantê-Lo cativo é o Amor puro, a Devoção de toda a alma. "Ele é da natureza do amor inefável." Se você tocar aquela corda, Sua natureza se revelará por si só, Ele não pode mais esconder-se. É como a vaca leiteira esguichando leite a torrentes, por assim dizer, quando o bezerro aperta a mama com sua cabeça.

247. Os Vedas declararam que o Supremo Deus está além de todos os Gunas, ou atributos; sem as limitações de nome e forma, de tempo, espaço e causalidade; além do alcance da linguagem, mente e intelecto; todo penetrante, sem início, sem fim, e inconcebível por natureza. Mas o coração do devoto nunca permite ser desencorajado ao aceitar tudo isso – ele não pode permitir. O devoto diz: "Se Deus fosse apenas isto, então qual diferença faria se Ele existe ou não? Que utilidade Ele tem para mim, se eu não posso nem mesmo vê-Lo, se não posso fazê-Lo meu próprio? Então, em vão são todas minhas práticas espirituais e rituais, eu existo em vão, e em vão também é esta vida humana. Que propósito existe em viver? Por todos os meios eu devo realizá-Lo nesta mesma vida." O amargo choro e lamento do coração do devoto balança o trono de Deus; Ele não pode então permanecer imóvel mais, morando na Sua própria majestade. Ele é, na verdade, Todo-conhecedor, o Ser de todos os seres, o Guia Interno de todos, o oceano da misericórdia incondicionada e espontânea, e acima de tudo, Ele é afetuoso e amoroso pelo devoto. Assim, escondendo Sua própria real essência para satisfazer o desejo do coração do devoto, Ele mostra a Si mesmo na forma adorada pelo devoto no templo de seu coração e satisfaz sua amada meta da vida. Além disso, Ele desce a terra de tempos em tempos assumindo um corpo humano, para que o homem possa compreender Sua verdadeira natureza facilmente. Quando o Senhor vive entre os homens como um Avatara, ou Encarnação, mesmo os pecadores e aflitos encontram a libertação, através de Sua graça, sem práticas espirituais e austeridades rigorosas.

248. Deus assume uma forma por compaixão pelo aspirante e para tornar fácil sua adoração. Não é possível conceber a Ele em Seu aspecto inconcebível, que está além de todos os atributos e adjuntos limitantes, ou compreender a Ele como a totalidade de todas as qualidades Divinas abstratas. Começando por modelar uma imagem de Shiva, frequentemente terminamos moldando um macaco! Enquanto formos seres humanos, enquanto temos o sentido de corpo ou o sentido de dualidade, não temos nenhuma alternativa senão pensar em Deus como uma Pessoa Ideal dotada com infinitos atributos Divinos.

249. Se tentarmos imaginar a Deus como sem forma, nós podemos no máximo pensar no vasto céu ou no oceano sem limites. Se tentarmos meditar em Deus em Seu aspecto sem forma no estágio inicial, não poderemos fazer nada além de meditar no vazio apenas. Nada pode ser sobreposto nisto – é como jogar pedras no escuro. Meditação no Divino Pai sem forma, ou na Divina Mãe sem forma, é um processo elaborado da imaginação estéril – uma mera frase vazia e sem significado. Não podemos avançar muito longe pelo caminho do progresso espiritual através da meditação sem forma. Pois ela é seca como o pó e sem qualquer suporte para manter-se. O Paramahansa liberado, que não tem o sentimento de identificação com o corpo, e aquele que vê Deus em todos os seres, apenas estes são qualificados para meditar em Brahman sem forma além de todas as limitações.

250. O Senhor Sri Krishna diz no Gita, "Eu me encarno em um corpo humano a cada época para a libertação dos bons, para a destruição dos malvados e para a ressuscitação da religião quando em declínio." Mas, diz o Bhakta, isto é apenas externo, superficial; temos que prosseguir mais para frente e mais profundamente. Isto não é tudo, deve haver mais que isso. Deus é de fato todo-poderoso. Ele poderia ter cumprido tudo isso por sua mera vontade, sem o sofrimento interminável ao encarnar-se como um Avatara. Isto apenas não pode, portanto, ser considerado como a mais excelente prova do processo da Encarnação de Deus. Krishna não pode ser chamado de um Avatara apenas porque Ele matou os malvados tiranos Kamsa e Shishupala, que lutavam contra a religião. A história do mundo está repleta destes incidentes em que tais tiranos foram assassinados e seu povo libertado da opressão. Muitos eventos miraculosos também são vistos nas vidas de muitos Mahapurushas ou grandes almas, que foram antigos mestres de Yoga. Eles podem fazer maravilhas, nada é impossível para eles. A Encarnação de Deus como Sri Krishna não é provada nem mesmo por Suas ações como o Rei de Mathura ou Dwaraka, ou até como o guia e benfeitor dos Pandavas na batalha de Kurukshetra. Algumas Ele vezes teve que recorrer a estratégias questionáveis para ajudá-los a conseguir seus objetivos. Estas Suas maravilhosas ações, fazem surgir, é claro, profundo respeito e espanto, e dão evidência de Seu extraordinário gênio versátil. Mas apesar disso, são meras ações de significado temporário. Não exercem qualquer influência de grande alcance ou duradoura sobre a vida da humanidade.

251. A melhor prova da Encarnação de Deus como Sri Krishna é realmente manifestada por Sua Lila, ou Jogo [atividades Divinas], em Vrindaban, porque somente nela Ele revelou a essência real de Seu indescritível Amor. Até que ponto a devoção e o amor puro podem sujeitar Deus a Seu devoto, e quanto Ele pode fazer o devoto o Seu mais querido, são mais bem compreendidos de Sua Lila em Vrindaban. Nesta Sua Lila, Ele revelou ao mundo o pico de amor que está além do alcance do nosso conhecimento e

inteligência. Atraídas por aquele sublime Amor, as jovens Gopis, ou pastoras-leiteiras, de Vraja (Vrindaban) corriam como loucas para as margens do Yamuna, ouvindo o chamado de Sua flauta, na esperança de vê-Lo e de estar perto d'Ele. Deixando de lado todo sentimento de vergonha, medo, reputação familiar e posição social, costumavam perder em Sua companhia o sentido do corpo e sua individualidade e fundiam-se n'Ele! Este amor abnegado, sem egoísmo, não poderia nunca ser causado por qualquer pessoa senão por Deus e apenas por Deus. A doce e espiritual influência daquele maravilhoso, Eterno e sempre sentido Jogo Divino tem atraído os corações de incontáveis homens e mulheres por seu Bem-amado por eras, sim, tem derramado paz e bem-aventurança sobre suas vidas, e qualificando-os para a Liberação, através de Sua adoração como seu Ideal escolhido. Séculos depois, o Grande Mestre, Sri Chaitanya Deva, veio como uma Encarnação para ressuscitar a ideia deste mesmo Amor; e perdendo-se em *Mahabhava*, o supremo estado bem-aventurado de Samadhi, através da contemplação daquele doce Jogo de Sri Krishna com Radha, a principal da Gopis, imaculada pela mais ínfima mancha da luxúria, disseminou aquele divino amor e pura devoção livremente para todos no mundo. E em nossos próprios dias, Sri Ramakrishna ao cantar e falar da mesma Lila de Radha-Krishna, costumava ficar tão dominado pela emoção, que ele também se perdia em *Mahabhava*, expressando em sua pessoa todos os oito sinais exteriores daqueles raríssimos sentimentos divinos, que foram manifestados somente nas vidas de Sri Radha e Sri Chaitanya Deva.

252. Pode-se renunciar apenas aquilo que se possui; como pode alguém renunciar a algo que não tem? Se algo tem que ser renunciado, primeiro deve ser adquirido. Não se deve esquivar-se do problema ou da responsabilidade que isto implica. Não adiantará "oferecer à Govinda o arroz inflado que foi levado pelo vento[16]". Os Shastras, ou escrituras Hindus, não proíbem o gozo; elas dizem: "Desfrute do mundo através da renúncia; ou seja, desfrute do mundo, abandonando o sentimento de 'meu' e o apego nisso. Tudo no universo é permeado por Deus. Ele está em cada objeto, tudo é d'Ele. Por isso, tendo firme este conhecimento, faça todo o trabalho, desfrute de tudo, renunciando à ideia de 'eu e meu'; de outra forma o gozo se tornará sofrimento." Se você desfrutar do mundo com esta ideia, Yoga virá por si só; você a terá praticado automaticamente, ou seja, sem ter passado por seus processos prescritos.

253. Pensar e recordar ao Ishta, ou Ideal Escolhido, significa contato ou união da mente com Ele. Quanto mais profunda e ininterrupta for a corrente deste pensamento que flui para Ele, mais os pensamentos que dispersam a

16 Govinda é um nome de Sri Krishna. A alusão é sobre um vendedor que vendo que seu arroz estava sendo levado por uma rajada de vento, e que perderia tudo, o ofereceu à Govinda com vista de ganhar Punya, ou mérito religioso nesta ou em vida futura.

substância-mental[17] ficarão quietos, mais esta corrente será inquebrantável como o fluxo do óleo sendo passado de um vasilhame a outro. Somente então será chamada de Dhyana, ou meditação. Quando esta meditação se aprofunda ainda mais, a mente une-se com o objeto de meditação, torna-se transformada naquela forma ou substância. Este estado é chamado Samadhi, ou o Estado Superconsciente. Apenas então a verdadeira natureza do Ser é totalmente experimentada, o Ideal Escolhido ou Deus é realizado. Apenas para esta pessoa que realizou a Brahman, dizem os Upanishads, os nós do coração são desatados, ou seja, todos os desejos, etc. são destruídos, todas as dúvidas são eliminadas para sempre, todos os frutos das ações são esgotados – verdadeiramente, todo o sofrimento termina. Então para chegar a isso, o primeiro passo é o constante pensamento e recordação d'Ele; o estado calmo e imperturbável das modificações mentais é o segundo passo; Dhyana é o terceiro passo; Samadhi é o último passo ou degrau da escada. Não é possível atingir um degrau mais elevado pulando os anteriores. Assim, o estágio final do constante pensamento e lembrança de Deus é a realização de Deus.

254. Japa do Mantra ou do santo nome de Deus, meditação e adoração têm sido prescritas para que, pela constante repetição e pelo hábito da prática contínua, este pensamento e recordação de Deus possa enraizar-se firmemente na mente. Apenas por esta razão é necessário repetir mentalmente o santo Mantra do Ideal Escolhido repetidas vezes, diariamente, por um longo tempo. As coisas em que estamos continuamente ocupados, ou aquelas em que refletimos constantemente, deixam suas impressões na mente. Apesar de que elas pareçam desaparecer da mente, permanecem lá em um estado sutil, na forma de Samskaras, ou tendências arraigadas do passado; e tão logo elas encontram uma atmosfera favorável, induzem o homem desprevenido ao pensamento e ação – de uma maneira má, se as más tendências são fortes ou de uma maneira boa, se as tendências são boas. É por isso que vemos as pessoas malvadas se engajarem ainda mais em más ações, e aqueles que estão esforçando-se cuidadosamente pelo progresso espiritual avançarem rapidamente naquela direção.

255. A soma total de toda energia que existe no universo permanece sempre a mesma, não aumenta e nem diminui, nem é [em algum tempo] aniquilada. Ela tem, contudo, modificações, ou mudanças, e é transformada de vários modos – isto é tudo. Nada de tudo que fazemos ou pensamos, bom ou mau, se perde; e continua a estar ativo de um modo sutil, ou é guardado e torna-se ativo assim que surja o momento oportuno. Assim, nós mesmos temos que colher os frutos, bons ou maus, de nosso Karma, ou ação. Não apenas isso, esta

17 *Antakharana*. É analisado pela filosofia Sankhya como *Manas*, mente ou faculdade receptiva, *Buddhi*, intelecto ou faculdade determinativa, *Chitta*, ou faculdade cogitativa, e *Ahankâra*, ou o sentido do ego.

ação ou pensamento guardado também influencia os outros e lhes causa sofrimento ou felicidade.

256. Swami Vivekananda disse que todos os diferentes tipos de forças de ação e pensamento que inconscientemente espalhamos no mundo, continuam a viajar em forma de ondas através do espaço do universo e agem sobre qualquer pessoa que possua as mesmas vibrações, com quem tenham contato. Estas forças o inspiram com a mesma ideia, infundem força nele, e também conseguem novo ímpeto, de igual natureza. Além disso, após completar o círculo, aquela mesma força retorna a sua fonte de origem, com força redobrada. E por esta mesma razão, se causamos dano, ou infligimos sofrimento a alguém, teremos que sofrer consequências similares, em algum tempo, neste nascimento ou no próximo – esta é a lei da natureza, ninguém pode escapar dela.

257. Devido a nossa ignorância desta inexorável lei da natureza, e falhando em descobrir qualquer direta ou visível causa de nossos sofrimentos, somos incapazes de explicá-los com nossa inteligência comum, e consequentemente colocamos toda a culpa no destino ou em algum Poder invisível, ou em Deus e O consideramos cruel ou parcial. Estamos tão envolvidos pela ilusão que nunca, nem por um momento refletimos que temos que sofrer as consequências de nossas próprias ações, talvez até com juros! Portanto, refletindo sobre estas consequências, controle todos os seus atos e pensamentos e os guie ao longo do caminho correto. Nunca seja a causa de sofrimento ou danos a ninguém por algum prazer ou ganho temporário. Se você, de forma inabalável, seguir o caminho da espiritualidade, você herdará os *Daivi Sampads*[18], ou divinos atributos descritos no Gita (XVI. 1-3). A mente será purificada e você perceberá a ação da Força Divina dentro de seu coração. Então não será capaz de fazer coisas erradas, mesmo se sentir vontade de fazê-las; pois como o Mestre Sri Ramakrishna costumava dizer e literalmente verificou em sua vida, "Não poderá dar um passo em falso. Este apenas é o signo de uma pessoa supremamente espiritual."

258. Muitos têm a impressão que o Samadhi não pode ser alcançado sem a prática de Yoga ou sem trilhar o caminho de Jnana ou Conhecimento. A filosofia Yoga de Patanjali fala assim: "A união com o Ideal Escolhido é atingida, ou seja, Deus é visto, por Mantra-japa ou repetição do santo nome." Depois disso, está declarado: "O Samadhi é alcançado por autoentrega a Deus"; também em outro lugar está dito, "Ou pela meditação em Deus." Ou seja, o

18 "Destemor, pureza de coração, firmeza no conhecimento e Yoga, caridade, controle dos sentidos, Yajna, leitura das Escrituras, austeridade, retidão, não fazer o mal, veracidade, ausência da raiva, renúncia, tranquilidade, ausência de calúnia, compaixão, ausência da cobiça, gentileza, modéstia, constância, coragem, perdão, fortaleza, limpeza, ausência do ódio, ausência de orgulho – estes pertencem a aquele nascido para um estado divino."

Samadhi pode ser obtido pela concentração da mente em Deus, ou dedicando todas as ações e seus frutos a Deus. Mais ainda, o comentador Vyasadeva escreve neste contexto: "Deus estando satisfeito com a meditação n'Ele com amor e devoção especial, mostra seu favorecimento ao devoto por Sua mera vontade. Os Yogis também alcançam o Samadhi e seu resultado muito rapidamente, meramente por Sua vontade," ou seja, incondicionalmente. Portanto vemos com isso que o estado de Samadhi pode ser alcançado até sem praticar os oito passos da Yoga. Atingir a absorção em Deus com forma, e o Samadhi em Brahman sem forma, são uma só coisa; somente a atitude e os meios variam; a realização da Realidade e seu efeito são os mesmos em ambos. Na verdade, aquilo que é Brahman sem atributos é em Si mesmo Brahman com atributos; apenas que, a adoração de Brahman com atributos é fácil para os Jivas, ou indivíduos, por possuírem o sentido de identificação com o corpo.

259. A adoração de Deus com um desejo por algum resultado é a adoração de si mesmo, não de Deus. Invocar a Deus para libertar-se de problemas e doença, atribulações e perigos, penúria, sofrimento, medo, preocupação, privações e coisas do tipo, é feita para ganho egoísta, ou engrandecimento próprio apenas, para seu próprio conforto e vantagem. A meta de todos os códigos e comportamentos que são impelidos pelo desejo, como banhos cerimoniais e caridade, adoração externa, cerimônias e festivais religiosos, votos e jejum, cerimônias de sacrifício e de expiação, execução de ritos para assegurar o bem-estar e impedir possíveis males, peregrinações, serviço a pessoas santas, recitação do Chandi ou do Gita, etc., é para livrar-se de pecados do passado e para a acumulação de mérito religioso. Livrar-se de pecados do passado significa o desejo de escapar através de algum meio fácil da tortura do inferno ou de sofrer a dor que é a inevitável consequência má de ações pecaminosas cometidas previamente – não o desejo de esgotar a tendência de cometer o pecado. O objetivo de 'acumular mérito religioso' é viver feliz e no conforto nesta vida com parentes, filhos e família e desfrutar felicidade inesgotável no céu [após a morte]! Ambos estes desejos são ilusões da mente – expectativas vãs. Não existe pura felicidade neste mundo, nem felicidade eterna no céu. Estes são apenas panegíricos ou palavras de consolo ou persuasão registradas nas Escrituras, nos Vedas, Puranas, etc., - apenas mitos. Têm sido pregados para tentar aqueles que não têm inclinação para executar deveres religiosos e atos virtuosos, dizendo: "Faça apenas isso e você terá um grande resultado." É apenas como uma mãe fazendo com que o bebê beba leite divertindo-o com contos incomuns ou pondo-o para dormir cantando canções de ninar. A meta é boa, sem dúvida, e o propósito é alcançado.

260. Deveríamos, então, abandonar estas formas de adoração ritualista por serem impelidas pelo desejo? Estou proibindo você de fazê-las? Certamente que não. Faça-as por todos os meios, enquanto o seu coração tiver esta

inclinação. Estas atividades ampliam e animam a mente, o sentimento Sáttvico ou estado santo vem através de bons pensamentos e a execução de boas ações, e criam fé e atração pelos deveres religiosos mais elevados e pela ação abnegada. Mas ao mesmo tempo lembre-se que apesar de que elas são prescrições Védicas, pertencem ao Karma Kanda, a seção dos Vedas que se relaciona com os atos cerimoniais e ritos sacrificiais – e não são verdadeiramente Bhakti, ou devoção. No amor a Deus não há compra e venda, nenhum comércio ou barganha, nenhum cálculo de ganho ou perda, e nenhum desejo pelos frutos das ações. Somente existe a inteira dedicação de corpo, mente e alma, e de tudo mais, a Deus do coração; existe a total satisfação simplesmente em amá-Lo – pois quando Ele é amado, sente-se como se nenhum outro objeto de desejo é digno de ser buscado. É amor por causa do Amor. A própria natureza deste devoto é amar; toda sua atitude é, "Eu não suporto viver e respirar sem amá-Lo". Este é o estágio final, o cume de Bhakti ou Prema – suprema, pura e abnegada devoção ou amor por Deus. Mas tal Bhakti é muito rara, não vem por si só no começo. Por isto é que a prática do Karma Kanda e da devoção formal têm sido aconselhada por nossas escrituras. Se estes ritos são executados com reverência e fé, a mente é gradualmente purificada pela graça de Deus, suas impurezas são lavadas, o desejo por resultados agradáveis parecem desprezíveis, e aversão é sentida pelos objetos passageiros do mundo. Então o coração sentirá o anelo para ganhar o estado Imortal e Supremo. Este estado é chamado de Suprema Bhakti ou Suprema Jnana.

261. *Vâk-siddhi*, ou perfeição da fala, é alcançada e o Divino poder é manifestado pela prática de inquebrantável Brahmacharya ou continência, e da verdade por doze anos. As palavras de tal pessoa nunca serão falsas; qualquer coisa que diga a alguém se torna verdade – seja uma maldição ou uma benção. Qualquer um a quem deseje o bem-estar o terá. Qualquer resolução que surgir em sua mente pura é satisfeita.

262. Aqueles que querem realizar a Deus não devem abandonar a verdade sob quaisquer circunstâncias; para eles é melhor até sofrer, se forem obrigados, mil aflições e sofrimentos do que sacrificar a verdade. Se alguém estiver preparado para fazê-lo, e enfrentar tudo isso com alegria, somente então poderá realizar a Deus, Quem é a própria Verdade. Perder a Verdade é perder a Deus. O poder da verdade é infalível: Rama foi para a floresta para cumprir a verdade do voto de seu pai; os cinco Pandavas, os filhos do Rei Pandu, aceitaram ser banidos junto com Draupadi por causa da verdade; e pela mesma razão o Rei Harishchandra perdeu tudo e tornou-se um mendigo de rua. Os Puranas contêm centenas de exemplos de devoção inalterável pela verdade, mesmo com o sacrifício da vida. Nosso Mestre, Sri Ramakrishna, após a realização do Supremo, ofereceu tudo a Divina Mãe Kali – tanto o conhecimento quanto a ignorância, a santidade e a impiedade, bem e mal, retidão e maldade,

pedindo a Ela que recebesse ambos os pares de opostos e desse a ele puro Amor. Mas ele não pode dizer, "Mãe, aqui está Tua Verdade e aqui está Tua falsidade!" Pois, como ele disse, em que ele iria se segurar, se abandonasse a Verdade?

263. O Tempo voa como o vento. A vida está declinando a cada momento. Vida é apenas outro nome da morte. Não se sabe quando este corpo cairá. Portanto você deve estar sempre preparado para o chamado da morte. Não malgaste seu tempo em vão, não adie nenhum dever indispensável para um tempo futuro. Deste este momento você deveria tentar acumular algo para a vida futura. As riquezas e propriedades são recursos apenas para este mundo, não lhe acompanharão após sua morte. As práticas espirituais e a oração são os recursos para a vida do além. São realmente suas posses que poderá levar junto com você. Por menor que sejam estas provisões, não serão em vão; com sua ajuda você avançará mais adiante ao longo do Caminho.

264. Na próxima vida você começará com o que adquiriu praticando disciplinas espirituais nesta vida, ou seja, na próxima vida você começará exatamente de onde deixou suas práticas espirituais nesta vida, e avançará em direção a sua meta com passos rápidos. É por esta razão que se veem algumas pessoas devotadas a Deus por natureza; com um pouco de prática espiritual ganham uma mente centrada e a experiência intuitiva de verdades sutis; precisam apenas de um pequeno avivamento para revelar seu fogo interno. *Diksha*, ou iniciação pelo Guru, é este avivamento. Sri Ramakrishna costumava chamar estas almas de 'combustível seco', que pegariam fogo com um pouco de sopro. Os outros ele chamava de 'madeira verde ou úmida' que não queima facilmente, por quem o Guru deve passar por muitos problemas. O Guru pode soprar e soprar – mas ainda assim eles dificilmente mostrarão qualquer sinal de despertarem ou levantarem-se para a ação. Estas pessoas, mesmo se tentarem, terão também de trabalhar duramente por longo tempo. Muitas vidas poderão talvez passar antes que sejam capazes de atingir a Realização do Supremo.

265. Todos têm que sofrer as consequências de suas ações passadas; não haverá liberação antes que os frutos das ações sejam colhidos, ou seja, ante que se tenha esgotado sua experiência de prazer e dor, e aprendido assim sua lição. Mas se refugiar-se em uma Encarnação de Deus, ou alguma alma sempre-perfeita com especial autoridade de Deus, então através de sua graça, as tendências com potencial de darem frutos que teriam levado várias vidas para serem esgotadas, o serão nesta mesma vida.

266. Normalmente se vê no mundo que aqueles que seguem o caminho da retidão têm sofrimentos mundanos sem fim e que muitos daqueles que levam uma vida de maldade e recorrem aos vícios, parecem passar suas vidas com muita felicidade e confortavelmente. Como o desejo por prazeres sensórios

é muito forte nestes, tornam-se a meta e tudo em suas existências. Se puderem conseguir os objetos de gozo por quaisquer meios, consideram-se muito espertos e acham que são muito felizes. O verme que vive no excremento, se sente feliz ali apenas e se alimenta apenas ali. Mas estas pessoas são tão estúpidas e iludidas que jamais refletem que terão que suportar dor e angústia terrível na próxima vida pela carga de suas más ações que estão acumulando nesta vida. Quem sabe, devido a sua natureza animal, poderão até ter que transmigrar para um corpo animal inferior? Não levando isto em conta, aqueles que estão mergulhados em tão profunda ignorância, aqueles que não sentiram a picada do escorpião da consciência, são simplesmente animais em forma humana.

267. Nunca, nem por um momento suponha que aqueles que estão cegos pelo interesse próprio, que são escravos de seus sentidos, ou loucos com o vinho das riquezas conseguidas de forma malvada, têm real felicidade e paz em seus corações, por mais espertos que possam parecer exteriormente. Desfrutar os objetos mundanos parece doce enquanto dura, mas chega a hora quando se torna a fonte de dor e problemas que atormentam o coração. A vida daquele que gratifica seus desejos torna-se carregada de constante medo, preocupação, mal-estar, e frustação ao final; até chega a desejar a morte ou cometem suicídio. Eles são realmente objetos de piedade.

268. A mente é purificada por pensamentos bons e nobres, companhia santa e boas ações. Somente então se torna quieta e centrada na Japa e meditação. Assim como o reflexo em um espelho sujo não está claro, da mesma forma se a mente é impura, não é capaz de compreender pensamentos e ideias divinas. Por esta razão, as práticas espirituais e orações são essencialmente necessárias. No início, deve-se forçar-se a fazê-las, mesmo se não estiver inclinação para isso. Mas conforme continua a praticar, você descobrirá que está desenvolvendo gosto por elas. Se o paciente não quer tomar o remédio, deve ser persuadido ou forçado a tomá-lo. Mas há também aqueles que cospem para fora o remédio, mesmo quando é colocado em suas bocas. Assim, como podem suas doenças ser curadas?

269. Quanto mais você continuar a fazer suas práticas e austeridades espirituais, mais sentirá a graça de Deus sobre você e Sua presença em seu coração. Você descobrirá como Ele está lhe ajudando de várias formas; como Ele, mantendo-se fora da cena, por assim dizer, está providenciando tudo que é necessário para você realizá-Lo. Pode a mente ir para o Senhor se Ele não a atrair? Ele coloca esta inspiração no coração daquele que ardentemente quer apenas a Ele, que renuncia a tudo por Sua causa, cuja alma anela realizá-Lo e não tem satisfação em nada mais. Este descontentamento divino é chamado de

"o estado de estar louco de Amor". O anelo intenso por Deus é, em essência, viver n'Ele. O anelo é a chave para o portal interno da mansão do Senhor.

270. Não pense após fazer Japa e meditação por algum tempo: 'Eu pratiquei tanto todos estes dias, e mesmo assim não ganhei nada!' Se você não conseguir resultados mesmo após praticar por um longo tempo, saiba que existe em você algum defeito em algum lugar, que existe alguma trinca ou furo através do qual todo o seu ato de adoração está vazando, como a água de uma jarra. Descubra isso procurando dentro de você mesmo e feche-o. Somente então a sua 'jarra' gradualmente encherá e o coração ficará repleto de força espiritual e bem-aventurança. "Estou me esforçando tanto, estou fazendo tanto exercício religioso" - é ilusão ter estas ideias e um sinal de egoísmo. Ao invés disso pense: "Por mais que eu tenha tentado e me esforçado, que insignificante é isso para realizar a Ti, ó Senhor? Que capacidade tenho eu, em virtude da qual possa encontrar a Ti? Se Tu mostrares a mim favorecimento, por Sua própria misericórdia, somente então poderei encontrar a Ti. Não tem outro caminho para mim. Tomei refúgio em Ti apenas. Tenha compaixão por mim por Tua infinita misericórdia. Salve-me, ó Senhor, e liberte-me da escravidão da existência!"

271. Meditação e Japa podem ser praticadas em qualquer momento em qualquer lugar e em todas as condições. As pessoas que se tornaram perfeitas na meditação podem, retirando as mentes dentro de si mesmas, sentir tal solitude mesmo em meio ao ruído e tumulto de um mercado, que nada pode interromper sua concentração. Permanecem

272. Do mesmo modo, Japa é feita espontaneamente junto com cada respiração (inalação e exalação) por aqueles que atingiram a perfeição nela; eles não têm que fazer qualquer esforço para fazê-la. É o que se chama *Ajapâ Japa*, ou repetição espontânea do Mantra. Estas pessoas atingem tal estado, em consequência de suas mentes estarem firmemente fixas na Japa em virtude da prática repetida, que mesmo que estejam ocupados externamente com conversas ou algum trabalho, o Mantra, ou mística fórmula do Ideal Escolhido, continua constantemente a soar dentro deles. Se por acaso se sentem assim inclinados também usam um rosário para Japa quando envolvidos em conversa ou algum trabalho para ensinar as pessoas. Mas não é como contar as contas do rosário com estardalhaço para demonstrar sua religiosidade, como os farsantes e os assim chamados Vaishnavas fazem, enquanto barganham o preço de vegetais e outros produtos! O estágio atingido por uma grande alma, seja aperfeiçoada por Dhyana ou por Japa, é o mesmo. Ambos são o resultado final de intensa prática, controle da mente, esforço espiritual e oração por um longo período. "Mukti é uma posse daquele que é perfeito em Dhyana".

273. Pranayama é o ato de respirar de forma calma e uniforme de acordo com um processo especial, que é o controle do Prana, ou alento vital. Se Pranayama for praticado metódica e corretamente por um longo período, a mente torna-se calma; ela concentra-se sobre o objeto no qual está dirigida e o conhecimento perfeito deste objeto é alcançado. Este é particularmente o resultado espiritual de Pranayama. Seu efeito sobre o corpo e a mente também é maravilhoso. Torna o corpo saudável, forte e radiante. A mente também se torna alegre, calma e paciente, viril e determinada, e uma irresistível força de vontade e magnetismo pessoal se manifesta. Assim, qualquer tarefa em que a mente se aplique, será realizada. Através do Pranayama, os Yogis atingem vidas longas e adquirem muitos poderes sobrenaturais. Mas tais poderes são grandes obstáculos para a realização da Meta Suprema.

274. Se vê no mundo que quanto mais devagar os animais respiram, maior a duração de suas vidas; e aqueles que respiram em rápida sucessão têm a vida curta. Se diz que nos tempos antigos a duração normal da vida humana era de cem anos, pois os homens viviam em harmonia com a natureza. De acordo com os Vedas, "A duração da vida humana é de cem anos".

De acordo com o Svarodaya Yoga Shastra:

Espécie	*Respirações por minuto*	*Duração da vida*
Homem (antigamente)	12-13 [19]	100 anos
Elefante	11-12	100 anos
Cobra	7-8	120 anos
Tartaruga	4-5	150-155 anos
Macaco	31-32	20-21 anos
Coelho	38-39	8 anos

275. É proibido expirar com força. Deve-se expirar, de acordo com os Yoga Shastras, de maneira tão suave, que não sopraria nem mesmo o *chhâtu* (farinha de cevada, cozida e refinada) colocado na palma de sua mão.

276. Aqueles que tentam esvaziar a mente de todo seu conteúdo, ou pensamentos, desde o início de sua Sadhana, sem as adequadas instruções, treino e práticas espirituais Shástricas, e que pensam que estão praticando para alcançar o elevado estado sem-semente ou Nirvikalpa Samadhi – absorção total na Consciência Pura – tornando a mente vazia de qualquer coisa em que se apoiar, apenas caem para um estado Tamásico, ou seja, se tornam inertes e imbecis. Seus cérebros se tornam vazios e daí são incapazes de absorver verdades sutis.

---

19 Atualmente é geralmente de 15-16 vezes, por isso o homem tem vida de curta duração.

277. De acordo com o Shiva Samhita, a primeira condição para o sucesso na Yoga é a crença, "Certamente eu terei sucesso". A segunda condição é a prática espiritual com fé e devoção, a terceira é a adoração do Guru, a quarta é a equanimidade, a quinta é o controle dos sentidos, e a sexta é comer moderadamente. Não há uma sétima condição. Quer dizer, se estas seis condições são cumpridas adequadamente, nada mais é necessário, pois o sucesso é inevitável. Isto se aplica sem exceção a todos os aspirantes pela liberação.

278. Não há nenhuma outra tarefa no mundo tão difícil quanto o controle da mente. Sri Ramachandra disse a Hanumâna: "Pode-se cruzar os sete mares nadando, aspirar a totalidade do ar, e jogar bola com a montanha, mas mais difícil que tudo isso é controlar uma mente agitada". Não há, contudo, nenhuma razão para temer ou ficar desesperado mesmo se for assim. O aspirante heroico pode realizar o impossível pela graça de Deus, se lutar e fizer as práticas espirituais, com o coração e alma, com infinita perseverança e resolução firme, confiando n'Ele.

279. Swami Vivekananda compôs um poema Sânscrito e enviou-o em uma carta da América para seus irmãos-discípulos do Mosteiro, do qual dois versos são dados abaixo:

"Nós mastigaremos as estrelas, e arrancaremos os três mundos pela força.
Vocês não nos conhecem? Somos os servos de Sri Ramakrishna!"

Mesmo o impossível se torna possível por esta tremenda autoconfiança e devoção ao Guru. Como Swamiji as tinha, ele conquistou o mundo. Jesus também disse: "Se tiverdes fé como um grão de mostarda, direis a este monte: Passa daqui para acolá, e há de passar; e nada vos será impossível." Após as várias experiências espirituais e visões de Deus que nosso Grande Mestre Sri Ramakrishna teve, ele disse a Mãe, para verificação: "Mãe, se todas essas minhas experiências divinas forem verdadeiras, esta grande pedra aqui pulará três vezes". E isto aconteceu, nos foi dito, tão logo ele disse aquilo. Então estas coisas são apenas palavras vazias?

280. Os seis lótus realmente existem no corpo humano? Quando perguntado sobre isso, Swamiji respondeu: "Nosso Mestre costumava dizer que os lótus descritos pelos Yogis, não existem realmente no corpo humano em forma material, mas passam a existir e são percebidos por eles através da ação do poder da Yoga".

281. Trabalho é de três tipos de acordo com a distinção entre os três Gunas, Sattva, Rajas e Tamas. O trabalho bom ou benéfico é Sáttvico; maléfico

ou daninho, Tamásico; e uma mistura destes dois, Rajásico. A marca ou impressão que é deixada na substância mental ou no corpo sutil pelas ações, etc., é chamada Samaskâra. Isto é o que chamamos de Karma, Adrishta - o não-visto (destino), Dharma e Adharma (mérito e demérito), Pâpa-Punya (virtude e vício), etc. Não existe efeito sem causa. Nossos bons ou maus gostos ou tendências, o que quer que sejam, todos são estímulos dos Samskaras acumulados no passado. Somente aqueles entre eles que encontram condições favoráveis, manifestam-se e se tornam ativos. Os outros permanecem armazenados, esperando por uma ocasião propícia e dão bons ou maus resultados no momento oportuno. Tudo que fazemos é uma mistura de bom e mau, daí colhemos frutos nos quais felicidade e sofrimento estão misturados. Chamamos algo bom ou mau de acordo com a predominância de um ou outro nele.

282. Toda ação [ou trabalho] sem exceção causa servidão. Seja na felicidade ou no sofrimento, todos causam servidão. Não pode haver Mukti até que se vá além destes dois. A ação ou trabalho jamais se tornará uma causa de servidão para aqueles que trabalham pelos outros sem a ideia de "eu", pois eles não desejam resultados, não trabalham para atingir fins egoístas, ou por nome e fama. O amor brota em seus corações; vendo Deus em todos os seres, trabalham com espírito de Serviço feito para Ele. Consequentemente, seu trabalho consome os resultados potenciais de toda sua ação acumulada e não produz mais sementes de qualquer ação na forma de novos Samskaras na mente. Assim, livres da causa de repetidos nascimentos e mortes, tornam-se dignos de conseguirem Moksha, ou liberação, após a dissolução do corpo.

283. Não há felicidade nos gozos dos sentidos. Somente na renúncia há a verdadeira felicidade. Somente é supremamente feliz e herdeiro da Imortalidade, a pessoa que aprende sua lição seja pelo discernimento entre o Real e o irreal ou por repetidas experiências amargas, que renuncia a tudo por sua própria vontade, tendo perdido todo desejo pelo gozo dos objetos do mundo, sabendo que eles são insubstanciais e ao final, dolorosos. Swamiji mostrou em seu livro *Bhakti Yoga* que a renúncia é a própria vida e alma de todos os quatro tipos de Yoga.

284. O Karma-Yogi dedica o fruto de sua ação a Deus sem estar apegado a esta [ação], já que sabe que "só Deus é o fazedor [aquele que faz a ação ou trabalho], eu não sou o fazedor da ação". O Raja-Yogi sabe que "Prakriti, a Natureza, existe para o Purusha, o Ser, e não Purusha para a Prakriti". Purusha é o Atman, o Ser, Prakriti é a Matéria; portanto Ele é totalmente diferente de Prakriti; sua relação é temporária, ou seja, não é eterna. Purusha não está submetido à Prakriti. Ele é o mestre, e Prakriti, a serva. Prakriti existe apenas para a realização de Seu propósito. A função dela [a Prakriti] é levá-Lo [o

Atman] através de várias experiências e deste modo fazê-Lo realizar Sua própria verdadeira natureza. Portanto o Raja-Yogi não se identifica com Prakriti e como consequência abandona todo apego ilusório por ela.

285. A renúncia do Jnana-Yogi é a mais difícil, pois ele tem que assumir desde o princípio que todo o universo e sua relação com ele são irreais – Maya – e que toda a vida é como um sonho. Seu caminho é: "*Neti, Neti*, não é isto, não é isto; Eu não sou isto, nem aquilo – nada que eu veja ou possua; não sou o corpo, nem a mente, nem os sentidos; não tenho prazer, nem dor, nem nascimento, nem morte; eu não tenho escravidão, nem amarras, nem liberação; Eu sou o Absoluto Brahman, o Ser Supremo; Eu sou da natureza da Consciência, Sempre-puro, Sempre-iluminado, Sempre-livre". Conscientemente deve submergir-se na meditação sobre sua própria essência real, o Ser, rejeitando todos os objetos externos.

286. A renúncia do Bhakti-Yogi é a mais fácil de todas; vem naturalmente. Não há austeridade ou privação nela, nenhum esforço em vão para suprimir a mente através da força; apenas que as tendências da mente devem ser levadas a uma nova direção; o rumo desta corrente deve apenas ser alterada para um novo canal. Quando após experimentar constante sofrimento, tristeza e desespero, como resultado de estar apegado a vários tipos de objetos mundanos, uma pessoa realiza sua natureza insubstancial e afasta-se dos desejos, então seu apego a eles desaparece automaticamente, seu coração e sua alma anelam realizar a Deus que é Sempre-verdadeiro e Eterno, que é a Fonte perene da Suprema Felicidade; e Amor e Devoção enchem seu coração. Sri Ramakrishna por isso declarou o caminho de Bhakti como sendo o mais adequado a esta Kali-yuga, a idade de ferro – a era do pecado e da degradação.

287. Aquele em cuja vida há uma perfeita harmonia de Karma, Yoga, Jnana e Bhakti é o ideal Mahâpurusha, o maior dos santos, o mestre do mundo. O Divino Mestre Sri Ramakrishna deu este novo ideal de Religião Universal ao mundo, após tê-lo praticado ele próprio. É o Yuga-dharma, a Religião para esta época.

288. Como qualquer uma das quatro Yogas é impossível sem Tyâga, ou renúncia, assim também é a verdadeira Bhoga, ou o gozo dos objetos do mundo, impossível sem renúncia. O gozo sem renúncia é só sofrimento, sua única consequência é sofrimento. Os homens correm de medo tão logo escutam a palavra 'renúncia', pois não podem conceber quanta felicidade há nela. Se uma pessoa é aconselhada a renunciar, por que deveria necessariamente significar que deve ser um monge, abandonando sua esposa e filhos, seus familiares, seu lar, riquezas e propriedades? Por que não praticar um pouco de renúncia de coisas pequenas na vida diária, de acordo com sua capacidade? Então você

compreenderá quanta felicidade e alegria existe na renúncia, quanto expande o coração e alegra a mente. A renúncia que não traz a felicidade não é realmente renúncia. É outra coisa.

289. Verdadeiramente, a renúncia é a vida de nossa vida. De fato, estamos renunciando em todos os momentos sem estarmos cientes disso. Estamos renunciando a respiração, por assim dizer, inalando para exalar, para a manutenção de nossa vida; como o sangue colhe o necessário nutriente através da comida e outros alimentos, e ao mesmo tempo flui através das artérias e veias para revigorá-las – de outra forma a morte é inevitável. O que quer que recebamos de outros ou da natureza e o que quer que ganhemos – erudição, conhecimento das ciências, verdades sobre o universo, riquezas e espiritualidade – é para o bem dos outros, é para remover as necessidades dos outros. Se nós, ao dar ou distribuir aos outros o fazemos de má vontade, o que temos se esgota com o passar do tempo e é inútil para qualquer um. Lembre-se, distribuir – não comercializar ou trocar! Uma dádiva ou ato de renúncia deve ser livre, espontâneo e sem qualquer motivo oculto. Somente então torna-se produtivo de bem permanente. Swamiji disse, "Dê, entregue, não busque algo em troca. Quem quer que busque algo em troca, seu oceano se apequena em uma mera gota!"

290. A evidência da renúncia é vista em toda parte na natureza externa. O sol, a lua, as estrelas estão dando luz e calor; as árvores estão dando frutos, dando sombra e produzindo flores, néctar e fragrância; os rios tiram a sede e a terra produz comida e materiais para a satisfação de todos os seres vivos. Todos estregam a si mesmos livremente, silenciosamente e de acordo com suas próprias naturezas, para o benefício de outros seres. É apenas o homem que se torna infeliz e ridículo, gritando mesmo enquanto morre, "É meu! É meu!"

291. Os Yogins e homens de renúncia não aceitam presentes de ninguém para sua própria satisfação, pois isso debilita sua liberdade e pureza mental. Aceitar presentes cria um sentido de compromisso e o pecado do doador macula o corpo e a mente do recipiente. "Que eu tenha isso e aquilo! Que isto ou aquilo aconteça! Eu quero isto, eu quero aquilo!" - estar sujeitos a desejos como esses e aceitar presentes para sua satisfação, é chamado *Parigraha*. *Aparigraha*, ou não aceitação de presentes, é a atitude da renúncia sem desejos. Porém aceitar algo apenas para manter o corpo não é *Parigraha*. Mas os Jnanis não se apegam nem mesmo a esse pequeno conforto ou necessidade. Eles sabem com certeza que não há felicidade em Bhoga ou satisfação em qualquer forma e nem desejam qualquer felicidade [dessa satisfação] também. Mas se aqueles entre eles que se engajem em algum tipo de atividade humanitária, aceitarem dádivas para a execução destes trabalhos mais extensamente e eficientemente, não há mal em fazê-lo.

292. O nome e o objeto designado pelo nome são idênticos; Deus e Seu nome são o mesmo. Como Suas formas, atributos e concepções são incontáveis, também Seus nomes são incontáveis. O poder de Seu nome é irresistível e infinito. Qualquer nome que tenha apelo para você, continue a repeti-lo. Ele responderá a isso. Todas as metas desejadas podem ser cumpridas e Ele pode ser realizado pela repetição de Seu nome apenas. "Por Japa a Realização é alcançada."

293. Mas a Suprema Realização não pode ser alcançada sem submeter-se as instruções transmitidas em sucessão pela linhagem de Gurus. Isto é chamado *Guru-paramparâ*. Um poder flui através da linhagem de mestres espirituais de Guru para discípulo, e quando um discípulo por sua vez se torna um Guru, para seus discípulos. Assim, devido às rigorosas práticas espirituais dos Gurus desde tempo imemorial, o poder místico dos santos nomes das Divindades particulares adoradas, tem sido concentrado na forma de especiais "mantras-sementes". Este Mantra é a força e suporte do aspirante e o símbolo vivo de seu Ideal escolhido. Se este Mantra é constantemente praticado através de Japa com a mente concentrada, seu grande poder é percebido como uma realidade. Mas deve-se ter Diksha, ou iniciação, da maneira prescrita, de uma pessoa espiritual qualificada de mente pura, que tenha recebido o santo nome da linhagem tradicional de Gurus. Então, se seguir as disciplinas espirituais de acordo com as instruções de seu Guru, com total reverência e fé nele, a Realização chega rapidamente.

294. Uma pessoa que dorme em um quarto com as portas fechadas, acorda para responder, se qualquer pessoa bater chamando-a pelo seu nome e abre a porta; do mesmo modo se alguém repetir o nome de Deus usando Seu santo Mantra, e pratica disciplinas espirituais com fé simples e zelosa devoção, o Senhor que mora em todos os seres desperta e abre a porta do templo do coração do aspirante, para satisfazer seu acalentado desejo e revelar a Si mesmo para ele na forma de seu Ideal Escolhido.

295. A infinita glória e poder do nome de Deus é tal que repetindo-o, o pecador, o aflito, mesmo o caluniador encontram a salvação; e o descrente chega a encontrar gosto por ele e desenvolve aversão pelos objetos mundanos. Se você não for capaz de fazer quaisquer outras práticas espirituais, pelo menos continue a repetir Seu nome e ore a Ele com anelo; você então terá força e paz mental e com o passar do tempo ganhará o amor e devoção por Ele através de Sua graça.

296. Tapasyâ, ou ascetismo, é de três tipos – do corpo, da fala e da mente. A prática de austeridades físicas, como votos e penitências, e serviço aos doentes

e sofredores, tais atos são ascetismo do corpo. Veracidade é ascetismo da fala. Controle dos sentidos e a prática da concentração sobre o objeto da meditação é o ascetismo da mente. Aquele que busca a suprema Realização deve praticar esse tríplice Tapasyâ.

297. Religião em sua essência significa desejo por Deus e um sentimento de Sua falta. Nós sentimos de forma aguda essa necessidade, de modo que sentimos que sem isso é impossível viver, como por exemplo, ar, comida, roupas e abrigo. Nós realmente queremos Deus desse modo? Na realidade, queremos de tudo, exceto a Ele, pois todas as carências comuns que normalmente sentimos na nossa vida são satisfeitas pelo próprio mundo externo. Somente quando sentimos a necessidade aguda por algo que não pode ser fornecido pelo mundo objetivo, quando realizamos que não existe poder para matar a sede e satisfazer a fome do coração, somente então voltamos nossos olhos para dentro e buscamos por ajuda ali. Quando após termos experimentado repetidos sofrimentos, a lição é mostrada dentro de nós de que tudo o que temos feito é um jogo de crianças, de que o mundo é irreal como um sonho, que o que quer que tentamos agarrar como nosso, escapa de nossas mãos – então o coração anela por algum objeto eterno, conseguindo o qual, todos os sofrimentos e desejos serão aniquilados totalmente. Este objeto é apenas Deus. Esta tendência da mente é o primeiro passo para a religião, ou seja, a aversão pelos objetos mundanos e o sentimento de um real desejo por Deus.

298. O *Shrimad Bhâgavata* dá a seguinte linhagem de Adharma ou Irreligião como a causa da perdição. A esposa da Irreligião é a Falsidade. Deles nasceram um filho chamado Orgulho e uma filha chamada Maya (ilusão). Eles se casaram e tiveram um filho chamado Avareza e uma filha chamada Fraude. Da união desses dois nasceram a Raiva e a Inveja. Kali (a Era de Ferro) é filho deles e a Calúnia é a filha. De Kali e da Calúnia nasceram uma filha chamada Medo e um filho chamado Morte. O Tormento e o Inferno são seus filhos e de ninguém mais.

299. E a família de Dharma ou Religião, a causa da realização dos Quatro Valores da vida humana, se declara como consistindo de treze irmãs, sendo as seguintes: - Fé, Amizade, Compaixão, Paz, Contentamento, Subsistência, Atividade, Progresso, Inteligência, Força, Paciência, Modéstia, e Murti (Forma). Estas são as treze esposas da Religião. Entre elas, a Fé teve um filho chamado Verdade, a Amizade teve Serenidade, a Compaixão teve o Destemor, a Paz teve o Autocontrole, o Contentamento teve o Deleite, a Subsistência teve a Dignidade, a Atividade teve o Yoga, o progresso teve o Auto respeito, a Inteligência teve a Riqueza, a Força teve a Memória, a Paciência teve o Bem-estar, e a Modéstia teve a Humildade. E Murti (Forma), a mais jovem

esposa da Religião, a fonte de todas as virtudes, deu à luz aos Rishis Divinos Nara e Nârâyana – o Homem-Deus e o Deus-Homem.

300. No caso do conflito entre a cabeça e o coração, sempre escute a voz do coração. A cabeça é o centro principal das faculdades intelectuais, dos órgãos do conhecimento ou percepção que são (1) o ouvido, da audição; (2) os olhos, da visão; (3) o nariz, do olfato; (4) a pele, do toque; (5) a língua, do gosto. Da cabeça apenas recebemos toda a força mental requerida para adquirir o conhecimento de qualquer objeto. O coração é o assento de todos os sentimentos, impulsos e experiências que tocam o núcleo da personalidade. Os homens de intelecto adquirem competência em várias escrituras e ramos do conhecimento e das ciências. Eles são eruditos altamente versados e mestres, de aguda inteligência, hábeis e conhecedores de muitas coisas. Os homens do coração são muito dotados de nobres qualidades como a compaixão, amplitude de mente, simpatia pelo sofrimento dos outros, amor por todos os seres, etc. Somente o coração inspira o homem com sentimentos superiores e o conduz ao plano da Autorrealização, proibido ao intelecto e razão. Um homem de sabedoria livresca pode ser egoísta, cruel e perverso, mas uma pessoa de grande coração jamais será dessa natureza mesmo à custa de sua vida.

301. Cultive o coração em tantas maneiras quanto você possa. O coração é o *Gomukhi*, a fonte primária, do Ganges do Amor. Apenas através do coração que a Voz de Deus é escutada; é na caverna do coração apenas que Ele se revela. Não há necessidade de estudar as escrituras, ou adquirir erudição, para encontrá-Lo e alcançar Jnana, Bhakti e Moksha. O caráter não é formado, nem a personalidade desenvolvida lendo-se livros – eles apenas fazem um idiota erudito. "Não é Grantha (livro), mas Granthi (nó, isto é, corrente, amarra)" – Sri Ramakrishna costumava dizer.

302. O modo moderno de aprendizado é, em particular, uma verdadeira mistura de incompatíveis; traz indigestão mental em muitos casos. Não é 'passar' (um exame), senão passar '*pâsh*' (corda) ao redor do pescoço. Mas ai, que paixão por 'passar' nos dominou, indianos! Na juventude devotamos a isso a totalidade da nossa energia física e mental, o melhor período da vida. A despeito da pobreza, juntamos dinheiro para esse propósito com grande dificuldade, suportamos tanta dor física e preocupação mental – e qual o resultado conseguimos a longo prazo? Perda da saúde e ver a escuridão em toda parte, devido a derrota na luta pela existência! E para coroar tudo isso e além disso, se tem que manter esposa e filhos como o resultado de casar-se muito cedo, que bela confusão a pessoa se encontra! Não é incorreto dizer que nossas universidades têm sido chamadas de 'quartéis de escravos', ou fábricas de escravos. Ensino médio ou universitário, como se tornou, não é algo para se ganhar a vida e nem de muita utilidade na vida prática; ao contrário disso, é

daninho e arruína a natureza espiritual. É especialmente entre os chamados 'educados' que se encontra uma grande proporção de pessoas sem uma base moral, sem fé na religião, sem patriotismo e mortos vivos. Somente aqueles que são dotados de bons e incomuns Samskaras, conseguem sobreviver.

303. Tendo nascido nesta rara vida humana, tente encontrar a Ele, chegando a Quem tudo se obtém e nada mais permanece para ser obtido. Lute para conhecer a Ele, conhecendo a Quem tudo se torna conhecido e nada mais permanece para ser conhecido. Ame-O, amando a Quem todos os outros objetos de amor – todo apego a "Mulher e Ouro" – parecem ser apenas poeira e cinzas. Construa sua vida de tal maneira que possa atingir a vida imortal.

304. Mas então deve-se ter essa classe de desejo e devoção pelo supremo Ideal. A prática espiritual é necessária – rigorosa prática de todo coração. Uma grama de prática vale mais que uma tonelada da profissão de religioso. Uma gota de Prema ou Amor Divino satisfaz a sede melhor do que um conhecimento das escrituras tão vasto quanto o oceano. Prema é, por assim dizer, leite condensado, creme ou manteiga; e toda a sabedoria, como dos Vedas e outras escrituras sagradas é, por assim dizer, soro de leite. Discussão sobre doutrinas, explicação erudita dos Shastras, ou sagradas escrituras, palestras e coisas semelhantes são para os homens de nível inferior – que eles sejam felizes com essas coisas. Que aqueles que o querem, bebam soro de leite, mas você coma leite condensado, creme e manteiga até se fartar.

305. A pureza é como o Monte Kailâs coberto pela neve eterna, a morada do Verdadeiro, do Bem e do Belo. O Senhor é refletido no coração puro. As grandes verdades espirituais se desenvolvem apenas em uma alma pura. Há muitas eras, nossos Yogis e Rishis descobriram verdades prodigiosas sobre o átomo, sobre os cinco elementos sutis e primários, sobre o funcionamento interno do corpo – ou seja, as atividades que ocorrem dentro do corpo em seu tríplice conjunto de corpo denso, o corpo sutil ou orgânico e o corpo elemental e as doenças que ocorrem se suas atividades se desviam de suas funções normais – sobre o curso e as influências de estrelas, a física, a astrologia, etc., que são corroboradas pela ciência moderna. Como isso foi possível? Eles nunca tiveram instrumentos científicos como o telescópio e o microscópio, nem laboratórios com todo o equipamento moderno. As verdades complexas que descobriram ou que foram reveladas para eles, simplesmente por focar intensamente a visão interna de suas mentes puras sobre os problemas em mãos, são uma maravilha para os sábios do mundo civilizado de hoje.

306. Se você desejar intensamente ter o Supremo Amor por Deus, Jnana ou Moksha, deve primeiro tornar-se puro por dentro e por fora. Ambos, o corpo e a mente devem estar limpos e puros. O significado disso, como o Mestre

costumava dizer, é “renúncia de Mulher e Ouro”, ou seja, a luxúria e a as posses. Essa renúncia é extremamente difícil, mas não impossível. Lute com todo seu coração e alma. Prática contínua, - esforço e disciplina espiritual intensos – torna tudo possível. Mas nem mesmo é possível fazer este esforço sem a Graça de Deus. É verdade que “Somente um ou dois em um milhão, são libertados (como no corte da linha da brincadeira de empinar pipas)”. Mas quem pode dizer que você não será um daqueles “um ou dois”? Portanto siga adiante com esta fé em você.

307. Nós somos pecadores conscientes. Não paramos de cometer pecados até mesmo sabendo o que estamos fazendo; e apesar de que nos trazem sofrimento, até choramos lágrimas de crocodilos sobre isso, fingindo sermos estúpidos, ignorantes e tolos. Aqueles que pecam deliberadamente são realmente ateus. Os pecadores têm uma chance de salvação, mas não há liberação para pecadores intencionais. Quem pode despertar aquele que apenas finge que está dormindo? Religião não é uma brincadeira de criança! Absolutamente nada de real valor pode ser adquirido até que “a mente e a boca” – palavras e ações – estejam em harmonia, a menos que seja sincero até o âmago de si mesmo.

308. Nenhum grande trabalho é realizado por artimanhas ou fraudes. Você pode se impor sobre as pessoas por um show externo ou frases pomposas, mas hipocrisia não vale nada com relação a Deus. Você apenas enganará a si mesmo. Todas as suas práticas espirituais e orações não darão nenhum fruto, como colocar água em um pote furado. Um grande trabalho é feito e o caráter formado, apenas por infatigável e total auto sacrifício.

309. “Não farei nada”, “Não posso fazer nada”, “Isso só pode ser feito se você fizer isso por mim” – estas são as palavras de imbecis. “Leve até minha boca, então eu comerei”. É melhor para a sociedade e para as próprias pessoas que têm esse tipo de atitude que morressem; pois pela lei da natureza eles morrerão perdendo a força e a vitalidade lenta e constantemente. Viver em constante expectativa da ajuda de outros ou de algum agente externo, visível ou invisível é como a morte. A liberdade é o paraíso, depender dos outros é o inferno.

310. Por que alguém deveria se tornar um fatalista ao aceitar a doutrina do Karma? A lei do Karma tem proclamado eternamente a mensagem da Liberdade ao homem. Se eu prendi a mim mesmo e me degradei pelo meu mau Karma, então usando a razão certamente serei capaz de me levantar, me elevar através da influência de meu bom Karma. Se eu posso me prender, posso também certamente me desamarrar, tirar aquela corrente. A diferença está apenas entre vontade e ação. Por que não seríamos capazes de libertar-nos

cortando as amarras do mau Karma com correta resolução, boas ações e correto modo de vida? A humanidade ficaria totalmente louca se não houvesse nenhuma possibilidade de alcançar a Liberação. E novamente, por que deveríamos continuar a fazer boas ações ou esforçar-nos para sermos espirituais através do sacrifício, se podemos ganhar mais ou avançar mais em nossos interesses através de más ações? Se fosse assim, toda a espiritualidade, bondade, compaixão, e todo amor e solidariedade desapareceriam do mundo e os homens se tornariam verdadeiras feras.

311. Como pode Deus, que é Infinito, encarnar-se no pequeno e limitado corpo humano? Para essa pergunta Swamiji respondeu: "Sim, é verdade que Deus é Infinito, mas não do modo que você a concebe [a Infinitude]. Você entende "Infinito" de acordo com suas ideias grosseiras, como um vasto material que preenche todo o universo. Por isso você se pergunta como uma entidade tão grande e vasta pode contrair-se para entrar nesse minúsculo corpo humano. Na verdade, o significado de "Deus Infinito" é apenas de Sua ilimitada Essência espiritual, e daí esta não é restringida absolutamente por encarnar-Se a Si Mesmo em um corpo humano."

312. Aquele que é Brahman–sem–atributos é Ele próprio Brahman-com-atributos. Não há diferença entre Brahman com atributos e um Avatâra ou Encarnação de Deus. Mas existe diferença entre um Avatâra e um Jiva, ou alma individual. O homem é compelido a nascer repetidas vezes sob a influência de suas próprias ações; mas uma Encarnação assume a forma humana a cada época por Sua própria divina vontade livre, para a preservação do mundo, para a destruição da irreligião e para ressuscitar a religião, e também para conceder Sua graça aos homens santos e devotos. Além disso, os Jivas nascem sujeitos a Prakriti ou Natureza, que é constituída pelos três Princípios – Sattva, Rajas e Tamas. Mas um Avatâra não está sujeito a Prakriti e nem aos três Princípios – Ele é seu Mestre e Controlador. O Avatâra é Deus manifestado – somente o exterior de Sua forma humana é material.

313. Tudo que podemos conceber como atributos supremos e mais gloriosos, nós podemos encontrar manifestados e realizar totalmente somente em um Avatâra. Ele é a concreta encarnação de todos os Divinos atributos. Deus mesmo joga de múltiplas maneiras no corpo humano que Ele assume. Mas o Avatâra revela Sua própria natureza apenas para um número limitado de devotos de corações puros e íntimos associados para o propósito de cumprir Sua missão especial no mundo. Como Ele se comporta exatamente como um ser humano, as pessoas comuns falham em compreender e reconhecer a Ele e até O ridicularizam durante Sua vida.

314. Como podem o autoesforço e a misericórdia de Deus serem harmonizados? Parecem ser contraditórios, mas não são. O autoesforço é uma dádiva de Deus, Sua misericórdia. Os devotos sem vigor são de uma classe inferior. Vejam quão viris e heroicos foram os devotos Mahâvira, Arjuna e Prahlâda! Hanumâna (Mahâvira) não tinha medo nem de cruzar o mar; ele o cruzou em um pulo gritando "Glória a Rama"! Prahlâda não se intimidou mesmo quando repetidamente enfrentou a morte, mas refugiou-se em Vishnu com sua mente imersa n'Ele. Como resultado, Ele apareceu e o salvou. A coragem de Arjuna é conhecida universalmente. Existem muitas centenas de brilhantes exemplos nos Puranas.

315. O devoto heroico diz: "Do que terei medo, sendo um servo de Deus? O que existe que não possa fazer? O heroico devoto exclama:

> "De quem terei medo neste mundo, cuja Rainha é a Mãe, a Suprema Deusa? ...
> Eu posso comprar o estado de Brahmamayee (a Mãe que é Brahman) com a força de minha devoção."
>
> E de novo:
> "Venha, Mãe, a este campo de batalha espiritual! Deixe-me ver quem será derrotado, Mãe ou filho."
> Hoje, Ó Mãe, vou resolver isto de uma vez por todas lutando contra Ti; que medo existe na morte?
> Vou capturar facilmente o tesouro de Mukti soando o tambor, por assim dizer.
> O som sibilante de minha língua canta vibrante o nome de Kali,
> Quem se atreve a ficar na batalha comigo?
> O Sâdhaka Rasikchandra diz: Ó minha Mãe!
> Eu conquistarei a Ti na batalha pela virtude de Tua própria força!"

O Mestre costumava chamar isso apropriadamente de "Bhakti como de um ladrão"[20]; ou seja, Bhakti com violência, caindo sobre o depósito de joias do tesouro da Mãe e arrancando-as com o terrível grito de guerra de "Mâr, Mâr!"[21]

316. Deus ajuda e torna-se compassivo por aqueles que têm intrepidez. Devotos sem coragem, entusiasmo e zelo são estéreis, sem vida, e, portanto, Tamásicos por natureza. Eles pensam: "Nós repetimos o nome de Deus de manhã e à noite e temos alguma satisfação. Ele mostrará sua misericórdia e nos levará a Meta quando chegar a hora. O que já conseguimos é suficiente." O anelo de realizar a Deus vem a eles somente após muitos nascimentos. Estes são como ladrões insignificantes que invadem a casa, cheios de medo, e satisfeitos com

---

[20] Do inglês, "robber-like Bhakti". (nota do tradutor)
[21] Literalmente, "Matar e destruir! Acabar com toda oposição!"

qualquer coisa pequena em que pusessem as mãos. E mesmo assim, devem ser ladrões hábeis, pois apesar de tudo, é um roubo em uma casa na qual o dono está totalmente despertado!

317. Swamiji não conseguia suportar uma atitude melancólica, triste ou humilhante em ninguém. Ele tinha raiva disso. Costumava dizer, "Isso é ateísmo, é um tipo de doença, uma demência. Se uma pessoa fica se rebaixando pensando, 'Eu não sou nada, eu não sirvo pra nada', se torna uma entidade nula. Dizer isso é humildade ou egoísmo escondido? 'Eu sou um pecador, sou totalmente sem valor, sou fraco'- continuando a pensar assim, uma pessoa torna-se tudo isso e ainda mais. 'O Ser não pode ser realizado pelos fracos!' Aqueles que são fracos de corpo e de mente, não podem praticar religião. Não é para eles. Nenhum trabalho de algum valor pode-se esperar deles. Jogue fora estas ideias amaldiçoadas. Pelo contrário, seja positivo e diga, 'Na verdade eu tenho infinita força em meu interior. Este poder deve ser despertado'. Aquele que se considera um leão, 'escapa da rede do mundo como um leão que quebra a jaula'. Você deve ser um herói. 'Abhih, abhih!' Coragem! Coragem! Você deve pisar sobre o medo com os seus pés – quer você pratique religião ou leve uma vida mundana. De outra forma, você permanecerá para sempre imerso 'naquela escuridão na qual você já se encontra.'"

318. Qualquer coisa que é feita pelo bem real de si mesmo e dos outros é religião. Todo o resto é irreligião.

319. Por mais que você possa dar conselhos e instrução para pessoas que não sentiram a necessidade real da Autorrealização interna e não têm a sede pela Liberação, tudo é em vão. Eles ouvem com um ouvido e tudo sai pelo outro. Em nosso país, mesmo os camponeses iletrados e pessoas das aldeias são filósofos. Eles instintivamente compreendem as verdades superiores da religião melhor do que muitos eruditos do ocidente. "Brahman é verdadeiro e o mundo é falso" - temos escutado este dito desde nossa infância. Se o solo não está preparado e boas sementes não são semeadas no tempo correto, como poderá a colheita corresponder ao esperado? A devoção daqueles nos quais o gosto pelos prazeres mundanos secou, se inflama rapidamente como uma fagulha de fogo caindo em uma pilha de feno. Lâlâ Babu deixou seu lar, renunciando ao mundo, ao ouvir apenas uma palavra da lavadeira: "Coloque fogo na *Vasana*!"[22] Vilvamangal despertou ao ser repreendido por uma prostituta. Imediatamente ele renunciou ao mundo e tornou-se um mendigo pelo amor de Krishna. Que maravilhosa e austera vida de devoção levaram em Vrindaban e alcançaram a Meta desejada! É a exata maneira naqueles que atingirão a realização nesta mesma vida.

[22] Há um jogo de palavras com a palavra *Vasana* aqui, que em Bengali significa desejo, como também talos secos de bananeiras, que são queimados até as cinzas como substância alcalina para lavar roupa pelos lavadeiros.

320. Seja perfeitamente sincero e todos os seus pecados serão perdoados. A sinceridade o salvará de uma montanha de pecados. Um homem sincero, apesar de ser um abjeto pecador, ganha a graça de Deus com o passar do tempo e atinge a santidade.

321. A vida não é um solo estéril. Sem o devido cuidado e cultivo, torna-se uma floresta cheia de animais e plantas selvagens, escorpiões e cobras rastejantes, assim sempre dando medo. Se este mesmo solo – esta vida dos homens – for cuidadosamente cultivado, se as disciplinas espirituais instruídas pelo Guru forem energicamente praticadas com fé e devoção, trará uma inestimável riqueza de felicidade, paz e bênção. Assim cantou o Sadhaka Ramprasada:

"Ó minha mente, tu não sabes a arte de cultivar.
Este ótimo solo – esta vida humana – é deixada sem utilidade;
Ele teria fornecido ouro e diamantes para ti."

322. Não há nada no mundo que seja matéria inanimada, morta. Aquilo que chamamos assim, não é nada mais senão consciência ou inteligência coberta por *tamas*, escuridão ou Ignorância. Quando esta cobertura de *tamas* é removida, a escuridão de Maya desaparecerá e a consciência pura ou Supremo Espírito será revelado. O mundo então aparecerá como sendo todo-Espírito e a fonte da bem-aventurança transbordará.

323. No universo nenhuma ação, nenhum pensamento, nenhuma energia, é perdida. A qualquer momento, de alguma maneira não pensada, irá dar frutos, seja em sua vida ou de alguém mais, aqui ou futuramente, na forma de felicidade ou sofrimento, de acordo com a natureza do impulso, bom ou mau. Portanto, você de intenções nobres, se deseja o bem supremo, siga o caminho da retidão e evite o caminho do mal.

324. Sree Sree Chandi é uma parte do Mârkandeya Purana e o livro mais sagrado dos adoradores do culto de *Shakti*. Ele é cantado com as devidas cerimônias e prescrições dos Shâstras, seja diariamente ou em dias especiais do calendário lunar, em ritos solenes para propiciar planetas não-auspiciosos e seres celestiais, para evitar possíveis males, ou assegurar prosperidade, ou para curar-se de doenças incuráveis e invariavelmente como parte do Puja da Divina Mãe. Swamiji costumava dizer que uma ideia tão perfeita e que abrange a tudo, do Divino como declarado no Chandi, na meditação e adoração da Devi ou Divina Mãe, não pode ser encontrada em nenhuma outra escritura religiosa do mundo. Mais ainda, existe muito a ser aprendido e praticado do Chandi. Um desses ensinamentos é – considerar *todas* as mulheres como mãe, como parte da

Mãe do Universo e respeitá-las dessa forma. Esta atitude encontramos ilustrada de forma especial na vida de Sri Ramakrishna.

325. O Chandi descreve como, na batalha entre os Devas e os Asuras, ou demônios, a Devi Chandikâ surgiu incorporando o poder combinado de todos os Devas, e como por essa encarnação personificada de união da energia dos Devas, a terrível força de inumeráveis demônios maléficos foi derrotada. A adoração a Shakti é de fato, a invocação do Poder Divino concentrado na forma da Mãe do Universo.

326. Aplicando a lição acima [do verso 325] a nossa situação atual na Índia: Se para o propósito de fazer o bem ao nosso país e ao nosso povo, esquecermos todas as diferenças entre nós e nossos próprios interesses pessoais e nos unirmos e trabalharmos juntos com uma só mente sob a [liderança] de um só líder escolhido obedecendo-o implicitamente - então qualquer poder hostil, por mais poderoso que seja, não poderá ou ousará, se levantar contra nós ou subjugar-nos. Seremos vitoriosos em todas as frentes.

327. Na medida em que nós hindus não somos uma compacta comunidade organizada, nos tornamos fracos e desamparados. Daí somos tiranizados de várias maneiras e temos que suportar tudo silenciosamente e consolamos nossa mente com a ideia de que estamos praticando Ahimsa, mas na verdade estamos nos enganando. Mahatma Gandhi condenou isto como a não-violência dos fracos. A prática da Ahimsa real, de acordo com ele, é a não-violência dos fortes, isto é, observar o espírito de Ahimsa com relação ao seu inimigo e tratando-o com amor, a despeito de todo o seu poder e habilidade de retaliar contra seus atos de tirania e de esmagá-lo. Esta também foi a visão de Swamiji. Para vingar um erro ou uma ofensa, ele disse, se você for incapaz de esbofetear em ambas as faces, por conta de um golpe recebido, ou ao ver que ele [seu inimigo] está pronto para matá-lo e você não puder fazer o mesmo, então como você pode reivindicar ser chamado de homem? Esta não-violência de sua parte não é sinal de coragem. Este também é o ensinamento das escrituras hindus.

328. Antes que Swamiji fizesse sua peregrinação a Amarnath, alguém perguntou a ele. "Senhor, o que devemos fazer quando vermos os fortes oprimirem os fracos?" Imediatamente ele respondeu, "Quê? Castigue os fortes, é óbvio." "Mesmo o perdão", disse ele em uma ocasião similar, "se passivo e fraco, não é verdadeiro! Lutar é melhor. *Perdoe* quando você puder trazer legiões de anjos para uma fácil vitória..." "Para aquele que vive no mundo, autodefesa!"

329. Assim, para os hindus viverem como uma nação, a aquisição de força é absolutamente necessária. O meio principal de atingi-lo é pela unidade.

Se tivermos firme fé em nossa religião, se não retrocedermos em entregar nossas vidas à causa da religião, ninguém se atreverá em insultar nossa religião ou profanar nossas imagens ou nossos templos. Nem se atreveriam a violar nossas mulheres e tratá-las de maneiras abomináveis e desumanas. Não há outro modo para os hindus de sobreviverem como uma nação exceto unindo-se e tornando-se de uma só mente. Para preservar o Dharma, a sociedade, a cultura e a eles mesmos, se conseguirem se unir, esquecendo diferenças de casta, os interesses particulares e de grupos, terminando com a malícia e a inimizade entre eles, então as pessoas de outras fés terão temor em difamar nossos costumes e preceitos religiosos.

330. Naqueles dias do Mosteiro de Baranagore, Swamiji contou aos seus Gurubhais[23] a seguinte parábola: Um proprietário de terras tinha dois empregados lavradores. Um deles costumava se sentar o tempo todo diante dele com as mãos juntas e falava com a voz embargada pela devoção: "Ó, como são belos os olhos de meu patrão! Que nariz charmoso! Que bela aparência!", etc. O outro lavrador trabalhava o dia inteiro nos campos e produzia variedades de vegetais, frutas e flores e os colocava diante de seu patrão todos os dias, o saudava prosternando-se diante dele e partia. Com qual dos dois o patrão ficava mais satisfeito? De forma similar, o Senhor está muito mais satisfeito com aquele que executa seus deveres com seu corpo e mente, considerando todo o trabalho como Sua adoração, do que com aquele que apenas busca propiciá-Lo cantando hinos ou aleluias, negligenciando seus deveres. Se dirigindo aos seus Gurubhais, Swamiji exclamou, "Cuidem-se para que vocês não se misturem com o bando dos 'Como são belos os seus olhos! Que nariz charmoso!' ou com *Ghantânârâr Daley*, ou seja, aqueles que apenas sacodem o sino diante da Divindade na cerimônia vespertina!" – significando, aqueles cuja única ocupação é adoração cerimonial.

331. Alcançar a espiritualidade significa a Realização do Atman ou Ser. Quem a tem é verdadeiramente religioso. Na verdade, somos todos ateus. Se pudéssemos ver Deus dentro e fora de nós mesmos, se estivéssemos convencidos de que Ele é onipresente, como poderíamos cometer más ações? Se acreditássemos que Ele, sendo onisciente, conhece todos os nossos maus pensamentos, não teríamos desistido deles envergonhados? Se soubéssemos que Ele, sendo onipotente, tem o poder de enviar-nos ao inferno como punição pelos nossos maus atos, não desistiríamos deles temerosos? Tentamos parecer bons por fora por vergonha, medo de escândalo ou de punição – mas não no verdadeiro sentido. Posando como religiosos, não evitamos fazer atos desonestos, tomando o cuidado apenas de que sejam feitos secretamente,

[23] Os discípulos de um mesmo mestre espiritual, nesse sentido, aos outros discípulos de Sri Ramakrishna (nota do tradutor).

evitando o conhecimento público, para não sermos descobertos. Aqueles que admitem serem ateus são mil vezes melhores do que as pessoas com esse caráter.

332. Swamiji costumava dizer: Ajude os outros sempre que puder com tudo que puder, mas cuide de saber qual é o seu motivo. Se é feito por alguma finalidade egoísta ou ganhar alguma vantagem, saiba que isto não beneficiará aqueles que você ajuda nem a você próprio. Por outro lado, se seu motivo for abnegado, seu serviço trará não apenas felicidade e bem-estar aos outros, mas infinitas bênçãos para você. Isto é tão certo quanto você estar vivo.

333. Puja ou adoração é de dois tipos – externa (cerimonial) e mental. No primeiro, Puja é executada diante da imagem ou retrato da Divindade, uma jarra de mental ou cerâmica, um símbolo de madeira ou de pedra, etc., invocando o alento vital neles [Espírito]. Já que somos seres humanos, todas estas coisas são oferecidas em adoração que são necessárias para a manutenção da vida, ou que nos dê satisfação, prazer ou alegria. Por exemplo, são a água para lavar os pés e a boca, *Arghya*, um assento, vestuário, decorações, guirlandas de flores, ornamentos, flores perfumadas, pasta de madeira de sândalo, incenso, lamparinas, *Naivedya*, frutas e raízes, doces, arroz cozido, *puris* e *currys*, *pâyasa* ou arroz com leite condensado, água para beber, *tâmbula* (folhas de betel preparadas com especiarias para mascar após as refeições) – e em seguida, uma cama, abanar e cantar hinos, música vocal e instrumental, dança, *Âratrika* ou serviço vespertino de ondular luzes e queimar cânfora, etc. Na falta de qualquer desses materiais e acessórios descritos acima, Puja pode ser feito até mesmo com oferecimento apenas de água como substituto, com Bhakti.

334. Na adoração mental, não há necessidade de qualquer material ou acessório, nem mesmo de uma imagem da Divindade. Meditar em Sua forma como estando residindo no coração e imaginando que você está oferecendo mentalmente os objetos de adoração mencionados acima para a Divindade, é chamado Puja mental. Neste Puja, o Brahmin, o *Chandâla* e o assim chamado "intocável" – todos têm direitos iguais. Neste Puja não há obrigação nenhuma de observar pureza física ou limpeza cerimonial, tempo, lugar ou qualquer requisito dos Shastras. Somente é necessário absorção mental.

335. Toda comida e comestíveis são propriedade geral dos seres humanos, todos têm uma parte disto – este é o ensinamento dos Upanishads. Não se pode colocar na boca nem mesmo um punhado sem privar ou causar dano ou dor a outro. Sem oferecer primeiro a comida a Divindade e deixando a parte dos famintos *Atithis* ou aqueles que têm fome e suplicam por comida, animais e pássaros, aquele que cozinha a comida apenas para si mesmo, é considerado um pecador segundo nossos Shastras e tal comida é contaminada

pelo pecado. Os Shastras até prescrevem sofrimentos no inferno para aquele que vive em família que se alimenta sem dar parte dela para os famintos. (*Brihadâranyaka Upanishad*, Cap. I, 5º Brâhmana, 2º Sloka). De acordo com sua capacidade, deve-se fazê-lo o máximo que puder.

336. O que quer que seja feito para ganhar felicidade, por algum fim egoísta para si mesmo ou sua família e parentes, não é Dharma, mas apenas um assunto mundano. Amor ou apego por sua esposa, filhos e parentes é chamado Maya. Pertence à vida mundana ou *Samsâra*. O amor por todos os seres é *Prema, Dayâ* ou compaixão. De forma similar, quaisquer trabalhos ou ações de mérito religioso, como austeridades, adoração ou disciplinas religiosas, que sejam praticadas com o objetivo de ganhar felicidade e bem-estar nesta vida ou na próxima, são atos egoístas e nesse sentido não pertencem a Dharma ou espiritualidade. Mas estas mesmas ações, executadas para o bem e felicidade de todos os seres sem qualquer desejo para desfrutar seus resultados, executados com a ideia de que todos compartilhem igualmente de seus méritos, traz imensos frutos para si mesmo e para os outros. O Senhor Buddha, a encarnação da misericórdia, declarou, "Até que todos os indivíduos no mundo alcancem a salvação, não quero minha própria Mukti[24]!" Que grande ideal!

337. Mas se ao fazer trabalhos ou ações abnegadas para o bem de outros, você secretamente manter a esperança de obter um grande resultado, isso não é mais *Nishkâma Karma*, ou seja, ação sem desejo. Ao invés disso é como desejar um grande resultado ao fazer uma pequena ação. Isso é como pessoas tolas que são tentadas por farsantes para converter suas notas de dez rúpias em notas de cem rúpias ou que entregam suas moedas ou ornamentos de ouro aos larápios para que aumentem de quantidade ou peso, mas que no fim perdem tudo na barganha.

338. Assim como Sri Ramakrishna era a encarnação viva da harmonia de todas as religiões, assim também foi um brilhante exemplo da perfeição na prática das quatro Yogas de Jnana, Bhakti, Karma e Raja-Yoga em conjunto. Este é o único meio de moldar um caráter perfeito. Iluminado pela luz de sua vida, Swamiji proclamou esta grande verdade da prática simultânea das quatro Yogas e a estabeleceu como o caminho de Sadhana e o ideal do Mosteiro e Missão Ramakrishna[25] fundada por ele. Esta ideia foi lindamente ilustrada por ele no emblema da Ordem Ramakrishna, que é uma criação de seu gênio. Está reproduzida no verso seguinte, com a interpretação dada por ele.

---

[24] Liberação, salvação (nota do tradutor).

[25] A organização mundial com sede na Índia *Ramakrishna Math and Mission* (nota do tradutor).

339. A extensão das águas do lago na forma de ondas na figura abaixo representa Karma, o lótus – Bhakti, o sol nascente – Jnana. A serpente enrolada simboliza o poder Kula-Kundalini desperto e o cisne simboliza o Paramatman, o Supremo Ser. Assim o emblema transmite a ideia de que quando Yoga se une com Karma, Bhakti e Jnana, o Paramatman é realizado.

340. Realização do Atman não significa apenas a percepção de Brahman como seu Ser, mas também ver a todos os seres como Brahman. De acordo com os Upanishads, ver Brahman em toda parte, dentro e fora de si mesmo, é o sinal da Realização Suprema ou Mukti. Achamos a direta evidência disso nas vidas de Sri Chaitanya e Sri Ramakrishna. Esta doutrina da identidade de Jiva e Brahman, sendo o objetivo da Sadhana dos Yogis e Rishis vivendo nas montanhas e florestas e de um pequeno número de aspirantes espirituais, estava tanto tempo escondida nas cavernas montanhosas ou confinada dentro das páginas dos Shastras e nos discursos eruditos e discussões dos filósofos. Swamiji, tendo recebido instruções de Sri Ramakrishna de como esta grande verdade poderia ser aplicada de modo prático nas vidas diárias de chefes de família e Sannyasins sem nenhuma distinção, proclamou ao mundo seu caminho de serviço a todos os seres vendo Narayana neles. Ele insistiu que a prática da doutrina da Vedanta da identidade de Jiva e Brahman, pode ser diretamente percebida e aplicada ao serviço do homem. Com o objetivo de ensinar a humanidade que o ideal de "por sua própria salvação e para fazer bem ao mundo", não são contraditórios e sim mutualmente úteis, ele estabeleceu a Ramakrishna Math and Mission [Mosteiro e Missão Ramakrishna].

341. A doutrina de Serviço de Nara-Narayana, ou do homem como Deus, iniciada por Swamiji é algo inteiramente novo. É radicalmente diferente do serviço humanitário feito pelos Bhikshus do período Buddhista ou o conduzido pelos monges católicos romanos da era medieval. O serviço da humanidade sofredora feito pelos monges Buddhistas foi inspirado pela misericórdia e compaixão e como um meio de alcançar o Nirvana. Esse serviço feito pelos monges católicos também foi feito pela misericórdia e compaixão. Mas em tais métodos de serviço, a ideia da distinção entre Sevya-Sevaka, ou aquele que é servido e aquele que serve, é inevitável. Aqueles que servem deste modo se colocam em um pedestal mais elevado e consideram ser um dever dos que são servidos serem gratos a eles. Mas o serviço dos "Narayanas aflitos e dos

Narayanas pobres" – palavras cunhadas por Swamiji – baseado sobre a ideia de Advaita ou unidade nos Upanishads, como proclamada por ele, não faz diferença entre aquele que é o dador e o recipiente [que recebe o serviço], pois são um do ponto de vista do Atman. Além disso, devido à que os recipientes dão aos Sevakas [servidores] a oportunidade, como também o direito e privilégio de servi-los como Narayana, este último [Sevaka] deveria se sentir agradecido a eles. Swamiji até disse, "Que aquele que dá se ajoelhe e adore, e que o recipiente se erga e permita!" Que enorme diferença entre a velha e a nova ideia!

342. Se Deus ou Deusa [aspecto feminino de Deus] podem ser invocados e adorados como Brahman ou como o Atman interno, em matéria inerte, sem vida, como numa imagem de pedra ou madeira, numa jarra de metal, numa pedra ou num quadro, então por que não pode essa adoração ser feita para o homem vivo – a maior das Criações de Deus? Adoração do homem não significa a adoração de seu corpo grosseiro, mas a adoração de Narayana que reside como o Atman dentro dele. Perceber que o mesmo Narayana que é o Atman dentro dele, está também dentro de todos os homens e mulheres, que Ele está diante de mim na forma do ignorante, do pobre e do enfermo – para servi-los com a visão da não-diferença, com todo carinho e devoção, dando-lhes conhecimento, comida, roupas e remédios, tratando-os, etc., - constitui em letra e em espírito a adoração do homem. Como no Puja de outros Deuses e Deusas, nesta adoração também, a menos que exista a ideia da não-diferença com relação ao Atman, tudo se transforma em trabalho inútil. Os Shastras também dizem, "Adore Shiva, sendo o próprio Shiva." "Adore o Deva sendo o próprio Deva".

343. Esta adoração de Nara-Narayana instituída por Swamiji não é meramente Karma abnegado, desapegado, para o bem de outros para conseguir a purificação do coração, mas um processo de Sadhana inteiramente novo para a realização de Paramatman, ou Ser Supremo, através da prática de uma maravilhosa harmonia de Jnana, Yoga, Bhakti e Karma. E por ser assim, leva diretamente à realização de Mukti. Pois nesse caminho o homem deve conceber a Deus através de Jnana-Yoga como seu próprio Ser, meditar em Deus através de Raja-Yoga como o Ser Interior, estar apegado a Ele através de Bhakti-Yoga com toda a devoção de seu coração e através de Karma-Yoga, servi-Lo com ações desinteressadas e sem desejo.

344. Esta doutrina Nara-Narayana de Swamiji, que atribui ao homem a mais elevada honra, tem uma distinção única além do fato de que é um meio para Mukti. De acordo com ela, o homem não é baixo ou depravado e um objeto de piedade, mas é Shiva, merecendo o respeito mais elevado. A maioria dos sacerdotes ou pregadores da religião, posando como os únicos representantes

de Deus na terra, O colocaram bem alto nos céus sobre um trono de joias como o juiz rígido, distribuindo eterna punição no inferno pelos pecados de homens que nasceram em pecado. E as chaves do céu estando de posse dos sacerdotes, que promulgaram como a Lei Divina que pecadores e arrependidos conseguirão o direito de entrar nos céus somente se propiciarem os representantes de Deus [os sacerdotes] na terra dando-lhes dinheiro e posses valiosas.

345. Levantando-se contra esta mortal doutrina, Swami Vivekananda proclamou com voz trovejante diante do Parlamento das Religiões em Chicago: "Filhos da bem-aventurança imortal, quem disse que vocês são pecadores? Vocês são herdeiros da Imortalidade! É um pecado chamá-los de pecadores! Conhecendo o Supremo Senhor, atravessem o oceano do nascimento e da morte. Não há outro caminho para a liberação". Que imortal mensagem de esperança! Do ponto de vista do Atman, as classes chamadas de baixas, os desamparados, os indigentes, os "intocáveis", são o vivente Shiva, e por isso dignos de nosso serviço e adoração. Essas boas novas foram pela primeira vez dadas com voz de autoridade por Swami Vivekananda e a luz brilhante de sua inspiração foi seu divino Mestre, Sri Ramakrishna.

346. Nos tempos modernos, encontramos pelo mundo todo que os homens matam sem misericórdia outros homens, uma nação destruindo impiedosamente outra nação, tudo pela satisfação de seu próprio interesse egoísta. Nesta era a indignidade do homem para o homem – um insulto a humanidade – a atitude vil do homem para o homem, seu comportamento dominador e grosseiro, chegaram ao extremo. Em sua sede por sangue, o homem ultrapassou até mesmo os animais ferozes e selvagens da floresta. As nações poderosas, chamadas de avançadas, do Oriente e Ocidente, em nome do patriotismo e progresso nacional e com o argumento de estabelecer a paz e espalhar a civilização, estão causando a total ruína das nações subdesenvolvidas e fracas, roubando delas suas riquezas e posses. Aos olhos do Ocidente, os povos não-brancos, não-cristãos do Oriente não são homens, são bárbaros incivilizados! Sim! Eles foram criados por Deus como instrumentos para a produção de objetos de gozo para seus seres escolhidos, os soberanos brancos! Tal consideração ofensiva e a rivalidade entre eles próprios pela posse dos materiais de gozo, foram as causas raiz das duas Grandes Guerras em nossa geração que terminaram em um cataclisma universal.

347. Na Índia também, em nome da religião, sociedade, seita e *Adhikâravâda* – ou doutrina de direitos especiais e privilégios nas funções religiosas – o sectarismo, reconhecimento de vários tipos de diferenças e o costume da intocabilidade que fez surgir o ódio mútuo e hostilidades, estão exercendo uma contínua agitação e estão saturando a vida nacional com todos os tipos de sofrimento, desamparo e aflição. Assim, é evidente que, seja no

Oriente ou no Ocidente, o apego a estas visões e atitudes ultrajantes e o desprezo por homens e nações, com o consequente comportamento monstruoso que engendram, são a causa raiz de toda malícia e hostilidade desenfreada no mundo. O serviço ao homem, considerando-o como Narayana, iniciado por Swamiji, é o único meio de solucionar este problema tão difícil. Com este fim em vista, Swamiji colocou diante de toda a humanidade este ideal supremo, imbuído com igualdade universal, amizade e equanimidade, e cobrou dos homens que regulassem e modelassem suas vidas em todas as esferas, na religião, na sociedade, no governo e mesmo nos pequenos atos de suas vidas diárias, que seguissem este ideal. Proclamar este grande ideal ao mundo e indicar os meios de sua realização é a finalidade e a meta da Ramakrishna Math e Ramakrishna Mission [Mosteiro e Missão Ramakrishna] fundada por Swami Vivekananda.

348. Deus é amor e Lei combinados em um – todo amor e misericórdia como a Mãe e o distribuidor de justiça como o Pai. Ele é aquele que dá os frutos da ação, assim como o destruidor dos grilhões do destino daqueles que se refugiam n'Ele.

349. O vento traz as nuvens e também as afasta. As nuvens escondem o sol, assim como Maya ao Ser. Quando as nuvens se dispersam, o sol brilha. A mente cria a escravidão e é a mente também que remove a escravidão. Quando Maya é destruída internamente, o Ser brilha em Sua própria glória. Maya é apenas um fantasma passageiro. Como pode revelar o Ser que é eternamente real e auto manifesto?

350. Swamiji disse: as ideias de reconciliação de todas as religiões e da Religião Universal não deveriam apenas serem pregadas ao mundo como um treinamento e um ideal, mas têm que se tornarem práticas e efetivas na vida diária. Ou seja, temos que refletir em nossa própria vida, por nossas ações diárias a espiritualidade dos Hindus, a compaixão por todos os seres dos Buddhistas, a atividade organizada dos Cristãos e o espírito de fraternidade entre os Muçulmanos. Com esse objetivo em vista, temos que estabelecer a Religião Universal entre toda a humanidade, independentemente de casta, credo e cor.

351. O Hinduísmo gerou o Buddhismo, o Buddhismo gerou o Cristianismo, o Cristianismo gerou o Islamismo. Todas estas quatro religiões devem juntas combinar-se na Índia na era moderna para formar um todo harmonioso. Para cumprir esta missão Sri Ramakrishna nasceu – para reconciliar as discussões e brigas dos filhos e netos e estabelecer a paz e a boa vontade na terra novamente. Assim disse Swami Vivekananda!

352. Toda sua vida você tem escutado muitos conselhos espirituais e tem tido instrução suficiente para guiá-lo. Você mesmo conhece o suficiente dos preceitos espirituais e certamente até os transmite aos outros também. Mas quem irá escutá-lo, a menos que possa mostrar que você tem praticado pelo menos uma parte dos ensinamentos em sua própria vida? Existe um mundo de diferença entre praticar e professar. Não é necessário para a própria salvação ler e escutar uma montanha de escrituras e sermões. Se você puder colocar em prática em sua vida apenas um simples preceito com relação ao caminho da Liberação, você se sentirá abençoado e o mundo também será beneficiado. E pela graça da Mãe do Universo, você partirá desta vida para o plano da Bem-aventurança, cruzando o ilimitado oceano de existência!

353. Irmãos! Viemos nus e sós do ventre da mãe. Teremos que partir deste mundo também sós. Ninguém nos acompanhará. Nem mesmo os nossos mais queridos que não podem viver um só momento sem nós, nem nós sem eles. Nem poderemos levar conosco quaisquer das nossas posses amadas, que são mais queridas que nossa vida. O choro do recém-nascido foi o sinal de sua vida e foi saudado com deleite por outros. Que os outros chorem quando partir, mas que você parta com calma e paz, com a felicidade e bem-aventurança brotando de sua fisionomia vindas das profundezas insondáveis de seu ser. Então terá vivido verdadeiramente sua vida. Então a vida não terá atrações e a morte não terá terrores para você. Você conquistará a vida e a morte. Você se encontrará no plano que está além da vida e da morte, além da escravidão e de Mukti [Liberação], além da luz e da escravidão, além do bem e do mal, além do prazer e da dor – longe, muito longe dos duais pares de opostos. É o plano de conhecer a si mesmo, de descobrir-se a si mesmo como você realmente é. É o plano da Paz eterna, o plano da Existência-Conhecimento-Bem-aventurança Absoluta. Se você aspirar alcançar este plano eterno, a Meta Suprema da vida, abandone toda Maya, todo apego ao irreal, siga os ensinamentos dos Mestres, os seres perfeitos, os sábios da Verdade, e sintonize-se com seu espírito. A meta será mais fácil de alcançar com a ajuda desse *Sad-Guru*, a visível representação de seu Ideal Escolhido. Esta é toda a Verdade, a essência dos ensinamentos de todas as escrituras – Só Ele é Real, tudo o mais é falso! *Tat twamasi!* E Tu és Aquele! Esta é a verdade última que deve chegar a todos os homens e mulheres nesta vida ou após intermináveis voltas de nascimentos e mortes, de acordo com a Lei da Natureza.

Possa você, meu próprio querido ser, realizar a Verdade mesmo agora pela Graça de Deus e liberte-se a partir deste momento e para sempre! Que o Senhor abençoe a todos vocês!

Om! Shantih! Shantih! Shantih! Om!

Om! Que a Paz esteja com você e comigo! Que a Paz esteja dentro e fora, em toda parte! Que a Paz esteja com todos os seres! Que a Paz esteja na terra e em todas as esferas dos Céus!

Paz! Paz! Paz!
Om! Om! Om!

O texto completo dos versos foi traduzido do livro em inglês *Paramartha Prasanga – Towards the Goal Supreme*, de Swami Virajananda, por um estudante da Vedanta.